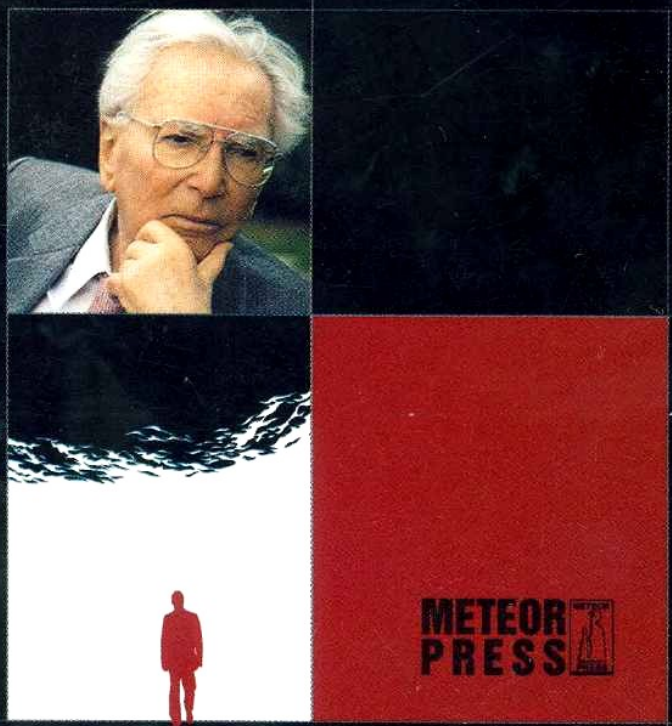
Viktor E. Frankl

Omul în căutarea sensului vieții



METEOR PRESS

PESTE 2 MILIOANE DE EXEMPLARE VÂNDUTE!

Omul în căutarea sensului vieții este mai mult decât povestea biruinței lui Viktor E. Frankl asupra morții: este o remarcabilă combinație de ştiinţă şi umanism şi o introducere în cea mai semnificativă mişcare psihologică a zilelor noastre.

Gordon W. Allport, psiholog

Cartea conține probabil cea mai importantă concepție psihologică de la Freud şi Adler încoace. Credința necondiționată într-un sens necondiționat – acesta este mesajul lui Frankl pentru cititori.

The American Journal of Psychiatry

Viktor Frankl a trăit experiența a trei ani de inimaginabilă teroare în lagărele naziste ale morții, printre care cele de la Auschwitz şi Dachau. În timpul suferinței îndurate şi parțial din cauza acesteia, şi-a pus la punct viziunea psihoterapeutică originală cunoscută sub numele de logoterapie. În centrul teoriei sale stă convingerea că forța motivatoare fundamentală a omului este căutarea sensului vieții. Cartea de față conține istorisirea vieții unui om care, dintr-un număr, a redevenit o persoană.

Dr. Viktor E. Frankl (1905–1997) a fost profesor de neurologie și psihiatrie la Universitatea din Viena. Timp de 25 de ani a activat ca șef al Clinicii de Neurologie din Viena. Logoterapia sau analiza existențială creată de el a ajuns să fie cunoscută drept cea de-a treia școală vieneză de psihoterapie. Frankl a ținut cursuri la universitățile Harvard, Stanford, Dallas și Pittsburg și a fost profesor de logoterapie la U.S. International University din San Diego, California. Cele 32 de cărți scrise de el au fost traduse în 31 de limbi. *Omul în căutarea sensului vieții* s-a vândut în câteva milioane de exemplare și a intrat în categoria „celor mai influente zece cărți ale Americii".

Viktor E. Frankl
Omul în căutarea sensului vieţii

Traducere din limba engleză de Silvian Guranda

METEOR PRESS

Redactor: *Emanuela Jalbă-Şoimaru* Corector: *Viorica Dumitrenco* Tehnoredactor: *Rădica Boacă* Copertă: *Dorin Dumitrescu*

Titlul original: *Man's Search far Meaning*

Cuprins

-A

In amintirea mamei mele

Prefaţă

DR. FRANKL, PSIHIATRU ŞI SCRIITOR, ÎŞI ÎNTREABĂ UNEORI PACIENŢII care suferă de o mulţime de necazuri mai mici sau mai mari: „Care este motivul pentru care nu te sinucizi?" Din răspunsul pe care i-l dau aceştia, adeseori el poate să stabilească o linie călăuzitoare pentru demersul său psihoterapeutic: în viaţa unuia e vorba de dragostea care îl leagă de copilul său; în viaţa altuia, e vorba de un talent care aşteaptă să fie folosit; iar într-a altuia, poate numai de nişte amintiri şterse, dar care merită a fi păstrate. Aîntreţese iţele firave ale unei vieţi distruse într-o structură solidă formată din sens şi responsabilitate, acesta reprezintă obiectul şi provocarea *logoterapiei,* care

constituie versiunea modernă şi personală de *analiză existenţială* a doctorului Frankl.

în cartea de faţă, Frankl îşi face cunoscută experienţa care l-a condus spre descoperirea logoterapiei. Deţinut, vreme îndelungată, în inumanele lagăre de concentrare, s-a descoperit a fi redus la cea mai rudimentară formă de existenţă. Tatăl, mama, fratele şi soţia sa au murit în lagăre sau au fost trimişi către camerele de gazare, aşa că, excepţie făcând sora lui, întreaga sa familie a pierit în lagăre.[1] în aceste condiţii, cum ar fi putut

[1] Frankl explică în conferinţa *Evolution of Psychoterapy* (Anna-heim, California, 1990), precum şi în cartea sa autobiografică *Viktor Frankl - Recollections,* cum tatăl său, Gabriel, a murit în ghetoul de

el - cu bunurile risipite, cu toate valorile nimicite, suferind de foame, frig şi din pricina violenţei, aşteptând de la o oră la alta să fie exterminat - să considere că viaţa merită a fi trăită? Un psihiatru care a înfruntat astfel de vitregii este, cu siguranţă, unul pe care merită să îl ascultăm. Dacă nu el, cine altcineva ar putea privi înspre condiţia umană cu înţelepciune şi, totodată, cu compasiune? Cuvintele doctorului Frankl au un ton de o onestitate copleşitoare, fiindcă se întemeiază pe experienţe prea profunde pentru a fi înşelătoare. Ceea ce are el să ne comunice ne câştigă şi mai mult consideraţia din pricina poziţiei sale în cadrul Facultăţii de Medicină de la Universitatea din Viena şi, totodată, din cauza deja cunoscutelor clinici de logoterapie care continuă să apară în multe ţări, realizate după modelul renumitei sale Neurological Policlinic din Viena.

Nu putem să nu comparăm abordarea sa teoretică şi terapeutică cu munca predecesorului său, Sigmund Freud. în calitate de medici, amândoi sunt preocupaţi în primul rând de natura şi tratarea nevrozelor. Freud găseşte că rădăcina acestor tulburări este anxietatea datorată unor cauze conflictuale inconştiente. Frankl distinge însă mai multe forme de nevroză, unele din acestea (nevrozele noogenice) spunând că se datorează eşecului pacientului de a găsi un sens pentru propria-i existenţă şi un sentiment de responsabilitate faţă de aceasta. Freud accentuează frustrarea din viaţa sexuală; Frankl - frustrarea „voinţei de sens". Astăzi, Europa este marcată de renunţarea la teoria lui Freud şi de îmbrăţişarea analizei existenţiale, care îmbracă mai multe forme - şcoala de logoterapie fiind una dintre acestea.

la Theresienstadt (un soi de lagăr premergător de concentrare), cum mama sa, Elsa, a fost dusă direct, după sosirea la Auschwitz, în camera de gazare, cum fratele său, Walter, dimpreună cu familia lui au fost prinşi de nazişti în timp ce voiau să traverseze munţii spre Italia, sfârşind în cele din urmă într-un lagăr de exterminare, şi cum numai sora sa, Stella, a reuşit să scape emigrând în Australia, (n.trad.)

Este caracteristic viziunii tolerante a lui Frankl faptul că nu îl respinge pe Freud, ci mai degrabă construieşte generos, plecând de la contribuţiile acestuia, şi că nu intră în dispută cu alte forme de analiză existenţială, ci consideră salutară înrudirea cu ele.

Prezenta expunere, oricât de succintă ar părea ea, este construită în mod artistic şi captivant. Mi s-a întâmplat de două ori să o parcurg dintr-o singură lectură, fără să mă pot împotrivi farmecului ei. Undeva, dincolo de mijlocul istorisirii, doctorul Frankl ne introduce în propria sa filozofie despre logoterapie. O inserează atât de fin în naraţiune, încât, abia după terminarea lecturii, cititorul realizează că e vorba despre un eseu de o profunzime deosebită, iar nu despre încă o relatare frustă despre lagărele de concentrare.

Din acest fragment autobiografic, cititorul are multe de învăţat. El învăţă ce face o fiinţă umană atunci când*realizează dintr-odată că „nu mai are nimic de pierdut, în afară de această viaţă ridicol de despuiată". Modul în care Frankl descrie şuvoiul de sentimente amestecate cu apatia este captivant. La început e vorba doar de o curiozitate detaşată cu care priveşti destinul altuia. Curând însă, te prind strategiile folosite de autor pentru a-şi proteja rămăşiţele vieţii sale, deşi şansele de a supravieţui sunt mici. Foamea, umilinţele îndurate, teama şi mânia adâncă devin suportabile însă graţie imaginii persoanelor iubite, păstrată cu grijă, graţie religiei, îndârjitului simţ al umorului sau frumuseţii vindecătoare a naturii - a unui copac sau unui apus de soare.

Totuşi, aceste momente de confort psihic nu susţin voinţa de a trăi până ce nu îl ajută pe deţinut să găsească un rost mai cuprinzător suferinţei sale, aparent lipsit de sens. Acesta este punctul în care întâlnim tema centrală a existenţialismului: a trăi înseamnă a suferi, iar a supravieţui înseamnă a găsi un sens în suferinţă. Dacă există vreun rost în viaţă, atunci trebuie să existe un sens şi în suferinţă, şi în moarte. Dar niciunul dintre noi nu poate spune altuia care este rostul respectiv. Fiecare dintre noi trebuie să descopere acest lucru pentru sine însuşi şi trebuie să accepte responsabilitatea pe care i-o deleagă propriul răspuns. Dacă reuşeşte, va continua să crească, în pofida tuturor umilinţelor. Lui Frankl îi place să-l citeze pe Nietzsche: „Cel care are un de ce pentru care să trăiască poate să suporte aproape *orice.*"

In lagărul de concentrare, toate împrejurările conspiră pentru a-l face pe deţinut să îşi piardă tăria. Toate rosturile cotidiene ale vieţii îi sunt răpite. Singurul lucru care îi mai rămâne deţinutului este „ultima dintre libertăţile umane" - capacitatea de „a-şi alege atitudinea într-un anumit set de împrejurări". Această ultimă libertate, recunoscută de vechii stoici, dar şi de existenţialiştii moderni, capătă o semnificaţie intensă în istorisirea lui Frankl. Deţinuţii erau oameni de rând, dar cel puţin unii dintre aceştia, alegând să se arate „vrednici de suferinţele lor", au dat dovadă de capacitatea umană de a se ridica deasupra sorţii potrivnice.

în calitatea sa de psihoterapeut, autorul doreşte, desigur, să ştie cum pot fi ajutaţi oamenii să dobândească capacitatea aceea specific umană. Cum poate cineva să trezească în pacient sentimentul că el este responsabil faţă de viaţă pentru ceva

anume, indiferent cât de aspre ar fi împrejurările? Frankl ne propune o istorisire emoţionantă a unei şedinţe terapeutice colective pe care a ţinut-o cu camarazii săi deţinuţi.

La cererea editurii, doctorul Frankl a adăugat o expunere a tezelor fundamentale ale logoterapiei, precum şi o bibliografie. Până acum[2], majoritatea publicaţiilor aparţinând „Celei de a treia şcoli vieneze de psihoterapie" (predecesoarele ei fiind şcoala freudiană şi cea adleriană) au apărut mai ales în limba

[2] Allport a prefaţat ediţia din care s-a făcut traducerea de fată în 1984. (n.trad.)

germană, aşa că cititorul va aprecia plusul de informaţie pe care Frankl îl adaugă la naraţiunea sa.

Spre deosebire de mulţi alţi existenţialişti, Frankl nu este nici pesimist, nici antireligios. Dimpotrivă, pentru un scriitor care a avut de-a face din plin cu omniprezenţa suferinţei şi a forţelor răului, el îmbrăţişează o viziune surprinzător de plină de speranţă în ceea ce priveşte capacitatea omului de a trans-cende situaţiile critice şi de a descoperi un adevăr călăuzitor potrivit.

Recomand din inimă această scurtă carte pentru că este un giuvaer de naraţiune marcată de tensiune dramatică, care se concentrează asupra celor mai profunde probleme umane. Este meritorie atât din punct de vedere literar, cât şi filozofic şi oferă o introducere irezistibilă în cea mai semnificativă mişcare psihologică a zilelor noastre.

GORDON W. ALLPORT

Gordon W. Allport, fost profesor de psihologie la Universitatea Harvard, a fost unul dintre cei mai de frunte scriitori şi profesori în domeniu din această parte a globului (SUA - n.trad.). Este autorul unui mare număr de lucrări de psihologie originale şi a fost editorul de la *Journal of Abnorma! and Social Psychology.* Graţie mai ales muncii de pionierat a profesorului Allport, importanta teorie a dr. Frankl a fost introdusă şi în SUA; mai mult, datorită efortului său, logoterapia se dezvoltă foarte rapid.

Prefaţă la ediţia din 1984

CARTEA A AJUNS LA CEA DE-A 73-A EDIŢIE ÎN LIMBA ENGLEZĂ, fiind totodată publicată în alte nouăsprezece limbi. Doar ediţiile în engleză s-au vândut în peste două milioane şi jumătate de exemplare.

Acestea sunt faptele ca atare şi s-ar putea ca, din această cauză, reporterii de la ziarele americane şi mai ales cei de la posturile de televiziune americane, de cele mai multe ori, după ce menţionează datele de mai sus, îşi încep interviul întrebând: „Doctor Frankl, cartea dumneavoastră a ajuns un adevărat bestseller - cum vă face să vă simţiţi acest succes?" La care eu reacţionez spunându-le că în succesul de care se bucură cartea mea nu văd atât de mult o realizare sau un merit personal, cât mai degrabă o expresie a suferinţei vremurilor noastre: dacă sute de mii de oameni întind

mâna către o carte al cărei titlu promite să dea un răspuns la chestiunea sensului vieţii, probabil că această chestiune este una care îi pune pe jar.

Negreşit că altceva va fi contribuit la impactul cărţii: cea de-a doua parte a sa, teoretică („Logoterapia pe scurt"), se reduce, cum s-ar zice, la lecţia care se poate distila din prima parte a cărţii, din istorisirea mea autobiografică („Experienţe din lagărul de concentrare"), ţinând seama de faptul că această primă parte slujeşte la validarea existenţială a teoriilor mele. Astfel, cele două părţi ale cărţii îşi susţin reciproc credibilitatea.

în 1945, când am scris cartea, nu mă gândeam deloc la aceste lucruri. Am elaborat-o în doar nouă zile, fiind ferm hotărât să o public anonim. De fapt, prima ediţie în limba germană a cărţii nu apare cu numele meu pe copertă, deşi în ultima clipă, chiar înainte de a ieşi de la tipar, am cedat stăruinţelor prietenilor mei care mă rugau să o public punându-mi numele măcar pe pagina de titlu. La prima vedere, cartea fusese scrisă cu convingerea absolută că, fiind o operă anonimă, nu-i va aduce autorului său faima literară meritată. Voisem doar să îi comunic cititorului, prin intermediul unui exemplu concret, faptul că viaţa îşi păstrează sensul potenţial în orice condiţii, chiar şi în cele mai nefericite. Şi mă gândeam că, de vreme ce punctul de vedere respectiv va fi fost demonstrat într-o situaţie extremă ca aceea a unui lagăr de concentrare, cartea mea ar putea să ajungă să fie receptată. Din această cauză, mă simţisem responsabil să pun în scris întâmplările prin care trecusem, fiindcă mă gândeam că le-ar fi de folos şi altora care sunt înclinaţi să se lase pradă deznădejdii.

De aceea, mi se pare deopotrivă ciudat şi remarcabil faptul că, dintr-o duzină de alte cărţi pe care le-am scris, tocmai aceasta pe care intenţionasem să o public anonim, astfel încât să nu-şi consacre autorul, tocmai ea a devenit un succes. Mereu îmi povăţuiesc studenţii, atât pe cei din Europa, cât şi pe cei din America, în felul următor: „Nu ţintiţi spre succes, căci cu cât mai mult îl doriţi şi cu cât faceţi din el un scop, cu atât mai mult îl veţi rata. Căci succesul, asemenea fericirii, nu poate fi urmărit; el trebuie să urmeze, şi chiar numai aşa se şi întâmplă, ca un efect secundar neintenţionat, din acea dedicare a omului faţă de o cauză mai mare decât el însuşi, sau ca un produs secundar al dăruirii de sine către o altă persoană. Fericirea trebuie să vină de la sine - şi faptul acesta este valabil şi pentru succes: trebuie să îl laşi să se producă tocmai nepurtându-i de grijă. (Vreau să ascultaţi ce anume vă porunceşte conştiinţa să faceţi şi să duceţi la bun sfârşit lucrul acela, pe cât de bine vă stă în putinţă. Atunci veţi apuca ziua când veţi vedea că, pe termen lung - repet: pe termen lung! -, succesul vă va urma tocmai pentru că *aţi uitat* să vă gândiţi la el."

Dragă cititorule, fie ca textul acestei cărţi să îţi dăruiască nişte învăţăminte din lucrurile petrecute la Auschwitz, aşacum textul prefeţei îţi poate oferi o lecţie despre un neintenţionat bestseller.

In ce priveşte prezenta ediţie, i-am adăugat încă un capitol pentru a actualiza concluziile teoretice ale cărţii. Extras dintr-o conferinţă pe care am ţinut-o în calitate de preşedinte onorific al Celui de al treilea congres mondial de logoterapie în aula Auditorium Maximum de la Universitatea Regensburg din Germania de Vest (în iunie 1983), el alcătuieşte astăzi „Postfaţa din 1984" a cărţii de faţă şi se intitulează „Pledoarie pentru optimismul tragic". Capitolul abordează preocuparea noastră zilnică vizavi de cum este posibil „să spunem da vieţii" în pofida tuturor aspectelor tragice ale existenţei umane. Revenind la titlul capitolului, avem speranţa că, dată fiind lecţia învăţată din trecutul nostru „tragic", viitorul nostru va fi copleşit de „optimism".

V E. F. Viena, 1983

Partea întâi

Experienţe din lagărul de concentrare

Cartea de faţă nu pretinde să fie o relatare a faptelor şi evenimentelor petrecute, ci una a experienţelor mele personale, a acelor suferinţe pe care milioane de deţinuţi le-au îndurat de atâtea ori. Este istoria, privită dinăuntru, a unui lagăr de concentrare, povestită de unul dintre supravieţuitori. Această relatare nu se preocupă de marile orori care au fost deja descrise îndeajuns de frecvent (deşi nu au fost atât de frecvent şi crezute), ci de mulţimea acelor mici suferinţe îndurate. Cu alte cuvinte, cartea va încerca să răspundă la întrebarea: cum era viaţa de zi de zi într-un lagăr de concentrare, aşa cum se reflecta ea în mintea deţinutului de rând?

Majoritatea evenimentelor descrise aici nu s-au petrecut în marile şi vestitele lagăre de concentrare, ci în cele mici, unde au avut loc cele mai multe exterminări. Această istorisire nu este una despre suferinţa şi moartea marilor eroi şi martiri, nici despre vestiţii *Capos* - deţinuţi care funcţionau ca oameni de încredere ai naziştilor, bucurându-se de privilegii deosebite -şi nici despre deţinuţi bine-cunoscuţi. Aşadar, povestirea de faţă nu se preocupă atât de mult de suferinţele deţinuţilor celebri, ci de sacrificiul, calvarul şi moartea acelei mari oştiri de victime necunoscute şi netrecute în statistici. Este vorba despre deţinuţii de rând, care nu purtau însemne distinctive pe mânecă.

şi pe care *Capii*[3] îi dispreţuiau. în vreme ce aceşti deţinuţi de rând nu aveau ce mânca, *Capii* nu ştiau niciodată ce este foamea; de fapt, mulţi dintre aceşti *Capi* au dus-o mai bine în lagăr decât o duseseră înainte în întreaga lor viaţă. Adesea, se purtau mai dur chiar decât gardienii cu deţinuţii şi îi băteau cu mai multă cruzime decât o făceau SS-iştii. Desigur, *Capii* erau aleşi numai dintre deţinuţii al căror caracter promitea să-i facă potriviţi pentru astfel de îndeletniciri şi, dacă nu se conformau la ceea ce se aştepta de la ei, erau imediat înlocuiţi. Curând, ajungeau să

se comporte asemenea SS-iştilor şi gardienilor lagărului, putând fi judecaţi de pe baze psihologice asemănătoare.

Omul dinafară poate lesne să ajungă la o concepţie greşită despre viaţa din lagăr, una amestecată cu sentimentalism şi milă. Un astfel de om are prea puţin habar de lupta teribilă pentru existenţă care se ducea în rândul deţinuţilor. Era o luptă neîntreruptă pentru pâinea cea de toate zilele şi pentru propria-ţi viaţă sau pentru cea a unui bun prieten.

Să luăm, de pildă, cazul unui convoi despre care se anunţa oficial că va transfera un anumit număr de deţinuţi într-un alt lagăr; de fapt, se putea ghici destul de lesne că destinaţia finală va fi camera de gazare. Deţinuţii selectaţi, bolnavii sau cei inapţi de muncă, urmau să fie trimişi către unul dintre marile lagăre centrale care dispuneau de camere de gazare şi crematorii. Procesul de selecţie dădea semnalul pentru o luptă făţişă între prizonieri sau între diverse grupuri de prizonieri. Tot ce conta era ca propriul tău nume şi cel al prietenului tău să fie tăiate de pe lista victimelor, măcar că toţi ştiam că pentru fiecare persoană salvată trebuia găsită o altă victimă.

[3] Termenul capo provine din limba italiană şi înseamnă „şef". Vom folosi în continuare, pentru comoditatea traducerii, termenul de *Cap - Capi,* în loc de originalul Capo - Capos (formă de plural folosită în limba engleză), (n.trad.)

Fiecare convoi trebuia să conţină un anumit număr de deţinuţi. De fapt, nu conta despre cine anume era vorba, de vreme ce fiecare dintre aceştia nu era nimic mai mult decât un simplu număr. La intrarea în lagăr (cel puţin asta era metoda folosită la Auschwitz), deţinuţilor le erau confiscate toate documentele, împreună cu toate celelalte lucruri personale. Din clipa aceea, fiecare prizonier avea posibilitatea să declare un nume fictiv sau o profesie fictivă şi, din diverse motive, mulţi au şi procedat astfel. Autorităţile erau interesate numai de numerele prizonierilor. Adeseori, aceste numere erau tatuate pe piele şi, de asemenea, trebuiau cusute pe pantalon, cămaşă sau haină. Dacă un gardian dorea să aducă o învinuire unui deţinut oarecare, era de-ajuns să arunce o privire spre numărul său (şi cât de tare ne temeam de aceste priviri!); nu întreba niciodată care îi era numele.

Să revenim la convoiul care trebuia să plece. Nu era nici timp îndeajuns, nici dorinţa de a lua în calcul chestiuni morale sau etice. Fiecare prizonier era stăpânit de un singur gând: să rămână în viaţă de dragul familiei care-l aştepta acasă şi să-şi salveze prietenii. De aceea, fără nici cea mai mică ezitare, ar fi aranjat ca un alt prizonier, un „alt număr", săîi ia locul în convoi.

Aşa cum am menţionat deja, procesul de selecţie al *Capilor* era unul bazat pe criterii negative; doar cei mai brutali dintre deţinuţi erau aleşi pentru această însărcinare (deşi au existat şi unele excepţii fericite). Dar, pe lângă respectivul proces de selecţie a *Capilor* realizat de SS-işti, exista şi un soi de autose-lecţie care se desfăşura tot timpul printre prizonieri. De regulă, rămâneau în viaţă doar deţinuţii care, după mulţi ani de preumblări dintr-un lagăr în altul, îşi pierduseră orice fel de

scrupule în lupta lor pentru existenţă; aceştia erau gata să folosească orice mijloace, mai mult sau mai puţin cinstite, chiar forţa brută, hoţia sau trădarea prietenilor, pentru a se salva. Noi, cei care ne-am întors din lagăr graţie acelor multe întâmplări fericite

sau miracole - oricum ar vrea cineva să le numească - , noi ştim: cei mai buni dintre noi nu s-au mai întors.

Există deja destule relatări faptice despre lagărele de concentrare, în cea de faţă, faptele vor avea importanţă numai în măsura în care ele sunt parte integrantă a experienţelor trăite de un om oarecare. Eseul ce urmează va încerca să descrie tocmai natura adevărată a acestor experienţe. Vizavi de camarazii de odinioară din lagărele de concentrare, el va încerca să explice experienţele lor în lumina cunoştinţelor de azi. Iar pe aceia care nu au fost niciodată într-un lagăr îi va putea ajuta să cuprindă şi, mai presus de toate, să înţeleagă experienţele cărora le-a supravieţuit doar un procent foarte scăzut de deţinuţi, care găsesc astăzi că viaţa este foarte greu de îndurat. Aceşti foşti deţinuţi spun adeseori: „Nu ne face plăcere să vorbim despre experienţele noastre. Cei care au fost în lagăr nu mai au nevoie de explicaţii, iar ceilalţi nu pot înţelege nici ce am simţit noi atunci, nici ce simţim acum."

A încerca o prezentare sistematică a subiectului este un lucru foarte dificil, căci psihologia necesită o anumită detaşare ştiinţifică. Dar poate fi într-atât de detaşat omul care-şi face observaţiile în timp ce este el însuşi deţinut? O astfel de detaşare o poate avea doar cineva dinafară, însă respectivul ar fi mult prea îndepărtat pentru a face afirmaţii de certă valoare. Doar omul dinăuntru ştie cum stau lucrurile. Judecăţile lui s-ar putea să nu fie obiective, evaluările lui ar putea fi exagerate. Este inevitabil. Trebuie să încerce să evite orice subiectivism şi tocmai în asta constă adevărata dificultate a unei cărţi precum cea de faţă. în anumite momente, va fi necesar să aibă curajul de a povesti întâmplări dintre cele mai intime. Intenţionam să scriu cartea anonim, folosindu-mă doar de numărul meu de prizonier. Dar, când am terminat manuscrisul, am înţeles că o carte anonimă şi-ar pierde jumătate din valoare şi că, deci, trebuie să am curajul de a-mi exprima convingerile în mod deschis. în consecinţă, m-am abţinut să elimin vreun pasaj, în ciuda sentimentului foarte neplăcut că mă dau în spectacol.

Voi lăsa pe alţii să distileze conţinutul cărţii în teorii seci. Acestea din urmă şi-ar putea aduce contribuţia la psihologia vieţii de prizonierat, care a şi fost studiată după Primul Război Mondial şi care ne-a făcut cunoştinţă cu sindromul „bolii sârmei ghimpate". Celui de-al Doilea Război Mondial îi datorăm îmbogăţirea cunoştinţelor noastre privind „psihologia maselor" (dacă-mi permiteţi să citez o variantă a bine cunoscutei afirmaţii şi a titlului cărţii lui LeBon), fiindcă războiul ne-a dăruit deopotrivă şi un război al nervilor, şi lagărele de concentrare.

Deoarece această istorisire se referă la experienţele mele ca deţinut de rând, este important să menţionez, nu fără mândrie, că în lagăr nu am activat ca psihiatru,

nici măcar în calitate de medic, cu excepţia ultimelor câtorva săptămâni. Câţiva dintre colegii mei medici au fost suficient de norocoşi pentru a fi puşi să lucreze în posturile de prim-ajutor prost încălzite, unde aplicau bandaje făcute din resturi de maculatură. Am fost un simplu număr, 1 1 9 104, şi în cea mai mare parte din timp am săpat şi am montat şine de cale ferată. O singură dată am fost însărcinat să sap de unul singur, fără vreun ajutor, un tunel pentru o conductă de apă, pe sub un drum. Isprava nu a rămas nerăsplătită; chiar înaintea Crăciunului din 1944, am primit drept cadou nişte aşa-numite „cupoane premiu". Acestea erau eliberate de către firma de construcţii căreia practic îi eram vânduţi ca sclavi: firma plătea autorităţilor lagărului un tarif fix, pe zi, pe cap de prizonier. Un cupon costa firma 50 de pfennigi şi putea fi dat la schimb pe şase ţigări, adeseori chiar şi după mai multe săptămâni, deşi uneori îşi pierdeau valoarea. Aşa că am devenit fericitul posesor al unui premiu valorând 12 ţigări. Dar cu mult mai important era faptul că ţigările puteau fi schimbate pe 12 supe, iar 12 supe însemnau adeseori o foarte eficientă amânare a morţii prin înfometare.

Privilegiul de a fuma ţigările le era rezervat *Capilor,* care aveau asigurată o cotă de cupoane săptămânale, sau, probabil, vreunui prizonier care lucra ca şef de echipă la un antrepozit sau într-un atelier şi primea în schimb câteva ţigări pentru îndeplinirea unor sarcini primejdioase. Singurele excepţii erau deţinuţii care îşi pierduseră voinţa de a mai trăi şi voiau „să se bucure" de ultimele lor zile. De aceea, ori de câte ori vedeam pe vreun camarad fumându-şi propriile ţigări, ştiam că renunţase să mai creadă că are putere să mai îndure, iar voinţa de a trăi, odată pierdută, rareori mai revenea.

Când se examinează uriaşul volum de material strâns ca rezultat al multelor observaţii şi experienţe de-ale prizonierilor, ies la iveală trei stadii ale reacţiilor sufleteşti ale deţinutului cu privire la viaţa din lagăr: perioada imediat următoare intrării în lagăr, perioada când prizonierul este bine integrat în rutina lagărului şi perioada de după punerea lui în libertate.

Simptomul caracteristic primei faze este şocul. în anumite condiţii, şocul putea chiar să preceadă intrarea formală a deţinutului în lagăr. Vă voi da ca exemplu chiar împrejurările propriei mele intrări în lagăr.

O mie cinci sute de persoane călătoriseră cu trenul mai multe zile şi nopţi la rând: în fiecare vagon se găseau 80 de oameni. Cu toţii fuseseră nevoiţi să stea peste bagajele lor, peste puţinele rămăşiţe ale lucrurilor lor personale. Vagoanele erau atât de pline, încât doar prin partea de sus a ferestrelor mai putea pătrunde cenuşiul zorilor. Cu toţii ne aşteptam ca trenul să se îndrepte spre vreo fabrică de muniţie unde să fim folosiţi ca mână de lucru. Nu ştiam dacă ne aflam încă în Silesia sau dacă ajunseserăm deja în Polonia. Sirena locomotivei suna straniu, asemenea unui strigăt de ajutor scos din compasiune pentru nefericita-i încărcătură destinată pierzării. Trenul se opri, evident, în apropierea unei staţii principale. Dintr-odată un ţipăt izbucni din

rândurile pasagerilor îngroziţi: „E un indicator: Auschwitz!" în clipa aceea, inima ni se opri în loc. Auschwitz - numele acela reprezenta tot ce putea fi mai înfiorător: camere de gazare, crematorii, masacre. încet, aproape ezitând, trenul o porni din nou, ca şi cum ar fi vrut să îşi cruţe cât mai mult cu putinţă pasagerii de conştientizarea teribilei realităţi: Auschwitz!

Pe măsură ce se crăpa de ziuă, ne deveneau tot mai clare contururile unui lagăr uriaş: lungi întinderi de garduri de sârmă ghimpată dispuse pe mai multe rânduri; turnuri de supraveghere; reflectoare de căutare şi lungi şiruri de oameni cu feţele neîngrijite, cenuşii în cenuşiul zorilor, mărşăluind de-a lungul drumurilor drepte şi pustii înspre o destinaţie despre care habar nu aveam. Uneori se auzeau strigăte sau comenzi fluierate. Nu le cunoşteam înţelesul. închipuirea mă făcea să văd spânzurători în care se bălăngăneau oameni. Eram îngrozit, dar faptul era întrucâtva de folos, căci pas cu pas trebuia să ne obişnuim cu o imensă şi îngrozitoare oroare.

în cele din urmă, am intrat în gară. Liniştea de la început fu întreruptă de comenzi strigate. De acum încolo aveam să auzim fără încetare, prin toate lagărele, glasurile acelea aspre, stridente. Aduceau cu strigătul de pe urmă al unei victime, deşi cu o oarecare deosebire. Aveau o voce spartă, enervantă, ca şi cum ar fi venit din gâtlejul unui om care trebuia să continue să ţipe în felul acela, în timp ce era omorât, iarăşi şi iarăşi. Uşile vagoanelor fură azvârlite în părţi şi un mic detaşament de deţinuţi năvăli înăuntru. Purtau uniforme dungate, aveau capul ras, dar păreau bine hrăniţi. Vorbeau în toate limbile europene posibile, într-un mod oarecum hazliu, care suna grotesc, date fiind împrejurările. Ca înecatul care se agaţă de un fir de iarbă, optimismul meu înnăscut (care mi-a dominat adeseori trăirile, chiar şi în cele mai deznădăjduite situaţii) se agăţă de acest gând: deţinuţii aceştia arată destul de bine, par să se simtă bine şi chiar râd. Cine ştie? S-ar putea să le împărtăşesc şi eu soarta aceea favorabilă.

în psihiatrie există o anumită tulburare cunoscută sub numele de *„iluzia graţierii"*. Condamnatul, chiar înainte de execuţia sa, trăieşte cu iluzia că va fi graţiat în ultima clipă. Şi noi ne-am agăţat de aceste fărâme de speranţă, crezând până în final că nu se poate să fie chiar atât de rău. Era o mare încurajare să vezi obrajii roşii şi feţele rotunde ale deţinuţilor acelora. Habar n-aveam noi că aceştia reprezentau o elită special aleasă, îndeplinind funcţia de detaşament de primire a convoaielor de deţinuţi care se revărsau zi de zi în gară. Ei se ocupau de nou-veniţi şi de bagajele acestora, inclusiv de obiectele rare şi de contrabanda cu bijuterii. Auschwitz era probabil un loc ciudat în această Europă a ultimilor ani de război. Poate că se găseau acolo comori fără egal, de aur şi argint, platină şi diamante, nu doar în magaziile acelea enorme, ci şi în mâinile SS-iştilor.

O mie cinci sute de deţinuţi fuseserăm închişi cu toţii într-o baracă construită pentru a găzdui probabil cel mult două sute de persoane. Ne era frig şi foame şi nu era

îndeajuns loc pentru ca toată lumea să se poată ghemui pe pământul gol. O bucată de pâine de 5 uncii[4] era tot ce mâncasem în ultimele patru zile. Şi totuşi, i-am auzit pe deţinuţii veterani, care răspundeau de baracă, târguindu-se cu un membru al echipei de recepţie a deţinuţilor pentru un ac de cravată din platină cu diamante. Grosul câştigurilor avea să fie dat apoi la schimb pentru un şnaps de tărie. Nu-mi mai amintesc câte mii de mărci erau necesare pentru a procura cantitatea de tărie necesară pentru o „seară ca-ntre băieţi", dar ştiu bine că deţinuţii mai vechi chiar aveau nevoie de câte un şnaps. în acele condiţii, cine i-ar

[4] Veche unitate de măsură pentru greutăţi, a cărei valoare a variat în decursul timpului între 28 şi 35 de grame. în prezent, uncia echivalează cu 28,349 g, deci cantitatea de pâine la care se referă aici Frankl cântărea aproximativ 140 g. (n.trad.)

fi putut învinui pentru încercarea de a se droga? Mai exista încă un grup de deţinuţi care primea băuturi tari în cantităţi aproape nelimitate de la SS-işti: oamenii cu pricina deserveau camerele de gazare şi crematoriile şi ştiau foarte bine că într-o zi vor fi înlocuiţi de o echipă nouă şi că vor trebui să-şi părăsească funcţia impusă de călău, devenind la rândul lor victime.

Aproape toţi cei din transportul nostru trăiau cu iluzia că vor fi cruţaţi, că totul va fi bine. Nu ne dădeam seama de logica din spatele lucrurilor care urmau să ni se întâmple în curând. Ni s-a spus să ne lăsăm bagajele în tren şi să ne aranjăm pe două rânduri - femeile pe un rând, iar bărbaţii pe celălalt -pentru a fi trecuţi în revistă de un ofiţer superior SS. îndeajuns de surprinzător, dar am avut totuşi curajul să-mi ascund bocceluţa sub haină. Fiecare om din rândul meu a fost trecut în revistă de ofiţer. Mi-am dat seama că aş fi în pericol dacă ofiţerul mi-ar descoperi bocceaua. M-ar fi snopit în bătaie, cel puţin. Ştiam asta din experienţă. Instinctiv, la apropierea ofiţerului mi-am îndreptat spatele, aşa încât acesta să nu observe încărcătura mea grea. Apoi m-am trezit nas în nas cu el. Era un bărbat înalt, subţirel, ce arăta bine în uniforma lui impecabilă.[5] Ce contrast între el şi noi, atât de neîngrijiţi şi nespălaţi după lunga noastră călătorie! Afişase un aer de liniştită nepăsare,

[5] Frankl vorbeşte aici despre *Josef Mengele,* supranumit şi „îngerul morţii", medic şi ofiţer SS în lagărul de la Auschwitz-Birkenau, unde nu numai că se ocupa de selecţiile prizonierilor, ci efectua şi experimente medicale „ştiinţifice", adeseori pe viu, pentru „a investiga şi testa" capacităţile organismului uman. Nu numai că deţinuţilor nu li se dădeau informaţii privitoare la consecinţele acestor experimente, dar nici măcar nu li se cerea acceptul, fiind siliţi să le suporte. Aceste experimente „medicale" le aduceau adeseori nefericiţilor „cobai umani" moartea, sau cel puţin îi desfigurau ori îi lăsau cu diverse handicapuri permanente, ca să nu mai menţionăm traumele sufleteşti pe care aceştia erau obligaţi să le îndure, (n.trad.)

susţinându-şi cotul drept cu mâna stângă. Cu mâna dreaptă ridicată, indica tacticos cu arătătorul fie spre dreapta, fie spre stânga. Niciunul dintre noi nu avea nici

cea mai mică idee despre semnificaţia sinistră din spatele acelei mici mişcări a degetului său, indicând când spre dreapta, când spre stânga, mai ales spre stânga.

Acum îmi venise mie rândul. Cineva mi-a şoptit că dreapta însemna a fi trimis la muncă, în timp ce stânga era pentru cei bolnavi sau inapţi de muncă, care urmau să fie trimişi într-un lagăr special. Am aşteptat ca lucrurile să-şi urmeze cursul -era prima dintre numeroasele astfel de situaţii care urmau să se producă. Bocceaua mă trăgea un pic spre stânga, dar m-am străduit să stau drept. SS-istul m-a privit, a părut că ezită, apoi şi-a pus mâinile pe umerii mei. Am încercat din răsputeri să par zvelt, iar el mă întoarse de umeri, foarte încet, spre dreapta, aşa că m-am îndreptat în direcţia respectivă.

Semnificaţia jocului cu degetul ne-a fost explicată în seara aceea. Fusese vorba de prima noastră selecţie, de primul verdict dat asupra noastră - viaţă sau moarte. Pentru marea majoritate a celor din convoiul nostru, adică pentru aproximativ 90% dintre noi, a însemnat moartea. Sentinţa a şi fost dusă la îndeplinire în următoarele câteva ore. Cei care fuseseră orientaţi spre stânga au fost duşi de la gară direct la crematoriu. Cineva care lucrase acolo mi-a spus că respectiva clădire avea scris deasupra uşii cuvântul „baie" în mai multe limbi europene. La intrare, fiecărui prizonier i se înmâna o bucată de săpun, iar apoi... Din fericire nu trebuie să descriu eu ce se întâmpla acolo. S-au scris deja multe istorisiri despre aceste orori.

Noi, cei cruţaţi, o rămăşiţă din convoiul nostru, am aflat adevărul în acea seară, l-am întrebat pe deţinuţii care se găseau deja de ceva vreme în lagăr unde a fost dus colegul şi prietenul meu R

- A fost cumva trimis spre stânga?

- Da, i-am răspuns.

- Atunci poţi să-l vezi acolo, mi s-a spus.

- Unde?

O mână a indicat spre hornul aflat la câteva sute de metri mai încolo, care arunca o coloană de flăcări spre cerul cenuşiu al Poloniei, ce se pierdea într-un sinistru nor de fum.

- Acolo e prietenul tău, pluteşte spre ceruri, a fost răspunsul.

Totuşi n-am priceput ce voia să zică până când nu mi-a spus pe şleau adevărul.

Dar m-am abătut de la subiect. Din punct de vedere psihologic, avusesem parte de un lung, lung drum, de la sosirea noastră în gară, în revărsatul zorilor, până la prima noastră noapte dormită în lagăr.

Escortaţi de gărzile SS, având armele încărcate, fuseserăm puşi să alergăm de la gară până dincolo de reţeaua electrificată de sârmă ghimpată, prin lagăr, până la spălătorie; noi, cei care trecuserăm cu bine de prima selecţie, am avut parte de o baie adevărată. Din nou, iluzia graţierii ni se confirma. SS-iştii păreau aproape fermecători. Curând am aflat şi motivul. Erau amabili cu noi câtă vreme mai vedeau la încheietura mâinii noastre un ceas şi ne puteau convinge cu frumuşelul să li-l dăm. Oare nu urma

să le cedăm, oricum, toate lucrurile personale? Aşa că de ce să nu primească ceasul o persoană aşa de drăguţă? Poate că, într-o zi, ne va face şi ea un bine.

Am aşteptat o vreme într-o baracă, care părea a fi anteca-mera încăperii folosite pentru dezinfecţie. SS-iştii şi-au făcut apariţia şi ne-au împărţit nişte pături în care trebuia să aruncăm tot ce aveam asupra noastră, ceasurile şi bijuteriile. Câţiva dintre noi, mai naivi, chiar au întrebat, spre marele amuzament al deţinuţilor veterani care se aflau acolo pe post de ajutoare, dacă n-ar putea să păstreze o verighetă de nuntă, un medalion sau un talisman. Niciunul dintre noi nu putea încă pricepe că absolut toate urmau să ne fie luate.

Am încercat să mă dau bine pe lângă unul dintre deţinuţii mai vechi. Apropiindu-mă tiptil de el, i-am arătat sulul de hârtie din buzunarul dinăuntru al hainei mele şi i-am spus: „Uite, acesta este manuscrisul unei cărţi ştiinţifice. Ştiu ce-mi vei zice, că ar trebui să fiu recunoscător că am scăpat cu viaţă, că asta-i tot ce pot aştepta de la soartă. Totuşi, nu mă pot abţine să-ţi spun că trebuie să păstrez manuscrisul cu orice preţ, deoarece cuprinde munca mea de o viaţă. înţelegi?"

Da, începea să înţeleagă. Un rânjet i se răspândi încet pe faţă, la început plin de milă, apoi tot mai plin de haz, apoi batjocoritor, insultător, până când îmi zbieră, ca răspuns la întrebarea mea, cuvântul acela mereu prezent în vocabularul tovarăşilor de lagăr: „Rahat!" în clipa aceea am realizat adevărul pe de-a-ntregul şi am făcut un lucru care a marcat punctul culminant al primei faze a reacţiei mele psihologice: am dat cu piciorul întregii mele vieţi de până atunci.

Brusc, s-a stârnit agitaţie printre tovarăşii mei de drum, care, speriaţi şi albi la faţă, discutau neajutoraţi. Din nou am auzit comenzile acelea strigate pe un ton răguşit. Am fost mânaţi cu bătaia în antecamera băii. Acolo ne-am strâns în jurul unui SS-ist care a aşteptat până ce am intrat cu toţii. Atunci ne-a spus: ‚Vă dau două minute şi vă cronometrez cu ceasul. în aceste două minute vă dezbrăcaţi complet şi aruncaţi totul pe podea, în locul unde staţi. Nu veţi lua cu voi nimic altceva decât încălţămintea, cureaua sau bretelele şi, eventual, suspensorul. încep să vă cronometrez - începeţi!"

într-o grabă de nedescris, oamenii îşi smulgeau hainele de pe ei. Pe măsură ce timpul rămas se scurta, deveneau din ce în ce mai agitaţi şi trăgeau cu stângăcie de lenjeria intimă, de curele şi şireturi. Şi atunci am auzit primul sunet de bici -curele de piele şfichiuind trupurile goale.

Apoi am fost mânaţi într-o altă încăpere pentru a fi bărbieriţi: nu doar că ne-au ras în cap, dar nici pe corp nu ne-au lăsat vreun fir de păr. Apoi la duşuri, unde am fost aliniaţi din nou. Cu greu ne mai recunoşteam unii pe alţii, dar a fost o mare uşurare totuşi pentru unii să observe că din robinete curgea cu adevărat apă.

în timp ce aşteptam să ne vină rândul la duş, goliciunea noastră ne-a devenit evidentă: pur şi simplu nu mai aveam nimic altceva decât trupurile noastre goale, mai

puţin părul; tot ce ne mai rămăsese era existenţa noastră despuiată. Ce legături materiale cu viaţa noastră de până atunci ne mai rămăseseră? Pentru mine erau ochelarii şi cureaua; pe aceasta din urmă aveam s-o dau la schimb mai târziu pentru o bucată de pâine. Celor care purtau suspensor le era rezervat un plus de bucurie.

Seara, prizonierul veteran responsabil peste baraca noastră ne-a întâmpinat cu un discurs prin care şi-a dat cuvântul de onoare că îl va spânzura, cu mâna lui, „de bârna aia" - şi a indicat-o cu mâna - pe oricine a cusut bani sau pietre preţioase în suspensor. Ne-a explicat cu mândrie că, în calitatea sa de veteran, legile lagărului îi permit să procedeze astfel.

Când a venit vorba de încălţămintea noastră, lucrurile nu au fost deloc simple. Deşi ar fi trebuit să ne-o putem păstra, totuşi aceia dintre noi care aveau nişte încălţări mai de calitate au fost nevoiţi să le dea în cele din urmă, primind la schimb altele care nu li se potriveau nicicum. Deţinuţii care au urmat sfatul, aparent bine intenţionat, venit în antecameră de la deţinuţii veterani, şi şi-au scurtat cizmele tăindu-le carâmbii, frecând apoi muchiile tăiate cu săpun pentru a ascunde sabotajul, au întâmpinat probleme serioase. SS-iştii parcă doar asta aşteptau. Toţi cei suspectaţi de acest delict au trebuit să intre într-o mică încăpere alăturată, de unde după o vreme s-au auzit iarăşi sfichiuiturile bicelor, însoţite de urletele celor torturaţi. De data aceasta, bătaia a durat ceva vreme.

Astfel, iluziile pe care unii dintre noi şi le mai făceau au fost nimicite una câte una, după care, într-un mod destul de

surprinzător, cei mai mulţi dintre noi au fost cuprinşi de un straniu simţ al umorului. De acum ştiam că nu mai aveam nimic de pierdut în afara atât de despuiatei noastre vieţi. Când s-a dat drumul la duşuri, cu toţii ne-am străduit din greu să facem haz, atât de noi înşine, cât şi de ceilalţi. La urma urmei, din rozetele duşurilor chiar curgea cu adevărat apă!

Pe lângă genul acela straniu de umor, am mai fost cuprinşi de un anume sentiment: *curiozitatea.* Mi se mai întâmplase să trăiesc acest gen de curiozitate şi înainte, ca o reacţie fundamentală faţă de anumite circumstanţe ciudate. Odată, pe când era să-mi pierd viaţa în timpul unui accident alpin, am fost cuprins, în acel moment critic, doar de curiozitate: oare voi scăpa întreg sau mă voi alege cu craniul fracturat ori cu alte răni?

Această curiozitate rece predomina chiar şi la Auschwitz, detaşându-ne întrucâtva mintea de lucrurile din jur, care puteau fi privite astfel cu o oarecare obiectivitate. In clipele acelea întreţineam această stare de suflet ca pe un mijloc de protecţie. Eram nerăbdători să aflăm ce urma să ni se întâmple mai departe, de pildă care va fi urmarea faptului că stăm goi puşcă, nemişcaţi, în aerul rece al toamnei târzii, încă uzi de la duşuri. In următoarele câteva zile, curiozitatea noastră s-a preschimbat în uimire: eram miraţi că nu răciserăm deloc.

Ne mai aşteptau şi alte surprize asemănătoare, în calitatea noastră de nou-veniţi. Aceia dintre noi care erau medici au învăţat, mai înainte de toate, că „manualele spun minciuni!", pentru că într-un loc scrie că omul nu poate trăi fără să doarmă un anumit număr de ore. Nu-i adevărat! Fusesem convins că sunt anumite lucruri pe care pur şi simplu nu le pot face: că, de pildă, nu pot dormi dacă îmi lipseşte cutare lucru sau că nu pot îndura cutare ori cutare lucru. In prima noapte la Auschwitz am dormit pe priciuri suprapuse. Pe fiecare prici (măsurând 1,8-2 metri lăţime) au dormit nouă oameni, care s-au învelit cu numai două pături. Desigur, a trebuit să stăm întinşi pe o parte, lipindu-ne şi înghesuindu-ne unii în alţii, ceea ce ne era întrucâtva de folos, dat fiind frigul pătrunzător. Deşi era interzis să ne urcăm cu pantofii pe prici, unii şi-au folosit pantofii în loc de pernă, în ciuda faptului că erau plini de noroi. Altminteri trebuia să ne odihnim capul pe braţul îndoit şi aproape dislocat din umăr. Cu toate acestea, somnul a venit totuşi, aducând cu sine uitarea şi uşurându-ne suferinţa preţ de câteva ceasuri.

Aş dori să mai menţionez câteva lucruri la fel de surprinzătoare despre cât de mult am putut îndura. De pildă, eram în imposibilitatea de a ne spăla pe dinţi şi totuşi, în pofida acestui fapt şi a deficitului serios de vitamine, ne bucuram de gingii mai sănătoase ca niciodată. Un alt exemplu: eram nevoiţi să purtăm bluzele acelea câte o jumătate de an, până când nu mai arătau deloc a bluze. Zile la rând nu ne puteam spăla, nici măcar parţial, din cauza ţevilor de apă îngheţate, şi totuşi rănile şi juliturile de la mâinile noastre pline de pământ nu supurau deloc (câtă vreme nu degeram). Sau, de pildă, vreunul dintre noi care, mai înainte, dormea iepureşte şi era deranjat de cel mai neînsemnat zgomot venind din camera de alături, acum, înghesuit lângă un camarad care sforăia asurzitor la numai o palmă de urechea lui, putea dormi buştean, în ciuda gălăgiei.

Dacă cineva ne-ar fi întrebat dacă e adevărată afirmaţia lui Dostoievski, care defineşte în mod categoric omul drept o fiinţă care se poate obişnui cu orice, am fi putut răspunde că, .Jntr-adevăr, omul se poate obişnui cu orice, dar nu ne întrebaţi cum reuşeşte aşa ceva". Dar cercetările noastre psihologice nu ajunseseră atat de departe; niciunul dintre noi nu atinsese încă punctul acela. Ne găseam încă în prima fază a reacţiilor noastre psihologice.

Tuturor ne trecea prin minte, fie şi numai pentru scurtă vreme, gândul sinuciderii. Acesta se năştea din pricina situaţiei noastre deznădăjduite, a pericolului permanent al morţii care ne păştea zi de zi, ceas de ceas, dar şi din cauza prezenţei morţii

care-i lovise pe atâţia alţii. Din cauza anumitor convingeri personale, pe care le voi menţiona ceva mai târziu, mi-am jurat în mod hotărât, încă din prima seară petrecută în lagăr, că eu „nu mă voi arunca în sârme". Această frază utilizată în lagăr descria cea mai populară metodă de sinucidere, prin atingerea gardului electric de

sârmă ghimpată. Nu mi-a fost foarte greu să iau această decizie. Să te sinucizi nu era deloc greu, de vreme ce, pentru prizonierul de rând, posibilităţile de supravieţuire, calculând obiectiv şi contabilizând toate şansele imaginabile, erau foarte scăzute. Nici măcar nu avea garanţia că s-ar putea încadra în acel mic procent de oameni care să supravieţuiască tuturor selecţiilor. Aflat în prima fază de şoc, prizonierul de la Auschwitz nu se temea de moarte. Pentru el, după primele câteva zile de lagăr, până şi camerele de gazare nu mai erau de temut - la urma urmei, tocmai ele îl cruţau de faptul de a-şi lua singur viaţa.

Prietenii pe care i-am întâlnit mai târziu mi-au spus că eu nu mă număram printre cei pe care şocul intrării în lagăr i-a' deprimat profund. Am zâmbit doar, şi încă sincer, când a avut loc următorul episod, în dimineaţa de după prima noastră noapte la Auschwitz. în pofida ordinelor stricte de a nu ne părăsi „blocurile", un coleg de-al meu, care sosise la Auschwitz cu câteva săptămâni mai înainte, s-a strecurat în baraca noastră. Voia să ne liniştească, să ne consoleze şi să ne spună câteva lucruri. Slăbise atât de mult, încât la început nu l-am recunoscut. Pe un ton plin de umor şi cu un aer nepăsător, ne-a dat la repezeală câteva sfaturi: „Nu vă fie teamă! Nu vă temeţi de selecţii. Dr. M.[6] (medicul-şef SS-ist) are o atitudine favorabilă faţă de medici." (Lucrul era fals; cuvintele amabile ale prietenului meu erau o simplă amăgire. Un prizonier, medicul unui grup de barăci, om pe la 60 de ani, mi-a povestit cum l-a implo

[6] Mengele (n.trad.)

rat pe dr. M. să-l cruţe pe fiul său, pe care-l sortise camerei de gazare. Dr. M. l-a refuzat glaciar.)

„Un singur lucru vă cer", a continuat el, „bărbieriţi-vă zilnic, pe cât posibil, chiar dacă ar fi nevoie să folosiţi un ciob sticlă... chiar de-ar trebui să vă daţi şi ultima bucată de pâine pentru asta. Veţi arăta mai tineri, şi după bărbierit vi se vor îmbujora obrajii. Dacă vreţi să rămâneţi în viaţă, nu există decât o singură cale: să arătaţi apţi de muncă. Chiar şi dacă doar şchiopătaţi un pic, din cauză că, să zicem, aveţi o băşicuţă la călcâi, iar SS-istul bagă de seamă, vă va da deoparte, iar a doua zi puteţi fi siguri că veţi fi gazaţi. Ştiţi cui îi zicem noi că e un «musulman»? Unui om care'afată jalnic, sărăcăcios, bolnav şi slab şi care nu mai poate munci din greu... acesta este un «musulman». Mai devreme sau mai târziu, de obicei mai devreme, «musulmanul» sfârşeşte în camera de gazare. Aşadar amintiţi-vă: bărbieritul, o ţinută şi un mers zvelt; atunci nu mai aveţi de ce să vă temeţi de camera de gazare. Voi toţi, cei de faţă, măcar că sunteţi aici doar de 24 de ore, nu trebuie să vă temeţi de gazare, poate doar cu excepţia ta." Şi a arătat spre mine, zicând: „Sper că nu te superi că ţi-o spun deschis." Apoi le-a spus din nou celorlalţi: „Dintre voi toţi, el este singurul care ar trebui să se teamă de următoarea selecţie. Aşa că nu vă faceţi griji!"

Am zâmbit. Acum sunt convins că oricine ar fi fost în locul meu, în ziua aceea, ar fi făcut la fel.

Cred că Lessing a spus odată că „sunt şi lucruri care trebuie să te facă să-ţi pierzi minţile, ca să nu mai ai nimic de pierdut". O reacţie anormală într-o situaţie anormală este, de fapt, un comportament normal. Chiar şi noi, psihiatrii, ne aşteptăm ca reacţiile unui om faţă de o situaţie anormală, cum ar fi închiderea sa într-un azil, să fie anormale în raport cu gradul său de normalitate. Tot astfel, reacţia unui om, când e dus într-un lagăr de concentrare, reprezintă o stare de spirit anormală, dar,

apreciată în mod obiectiv, ea este normală şi, aşa cum vom arăta mai târziu, tipică, date fiind împrejurările. Aceste reacţii, aşa cum le-am descris, au început să se schimbe după câteva zile. Prizonierul a trecut de la prima la cea de a doua fază, una de relativă apatie, în care s-a instalat un soi de moarte emoţională.

Pe lângă reacţiile deja descrise, prizonierul nou-venit mai îndura şi chinul altor trăiri extrem de dureroase pe care încerca să şi le înăbuşe. Mai înainte de toate, era nemărginitul său dor de casă şi de familie. Adeseori, acesta putea ajunge atât de acut, încât individul se simţea mistuit de dor. Apoi, mai era şi scârba, scârba faţă de toată urâciunea care-l înconjura, chiar şi în formele ei exterioare.

Cei mai mulţi deţinuţi primiseră nişte uniforme zdrenţuite care, prin comparaţie, ar fi făcut ca până şi o sperietoare de ciori să arate mai elegantă. Intre barăcile din lagăr era o mizerie. .. şi cu cât mai mult se străduia cineva să o curăţe, cu atât mai mult trebuia să intre în contact cu ea. Era o practică favorită să se trimită un convoi proaspăt sosit, ca grupă de lucru, cu sarcina de a curăţa latrinele şi de a îndepărta murdăria din canalizare. Aşa cum se şi întâmpla de obicei, excrementele îţi săreau pe faţă în timp ce le transportai peste câmpurile pline de hârtoape, aşa că orice semn de scârbă de-al deţinutului sau orice încercare a acestuia de a-şi şterge murdăria era pedepsită cu lovituri de către *Capi.* Astfel, se grăbea mortificarea reacţiilor normale.

La început, când un prizonier vedea cum unui alt grup i se impunea ca pedeapsă să defileze, nu putea îndura să-şi privească tovarăşii de lagăr mărşăluind încoace şi încolo, ore la rând, prin noroi, marşul fiindu-le strunit cu lovituri. Zile sau săptămâni mai târziu, lucrurile se schimbaseră. Dimineaţa devreme, încă pe întuneric, prizonierul stătea în faţa porţii, dimpreună cu detaşamentul său, gata de marş. Auzea un ţipăt şi vedea cum un camarad este doborât la pământ, repus apoi pe picioare şi izbit la pământ încă o dată - şi pentru ce? Omul avea febră, dar raportase infirmeriei faptul într-un moment nepotrivit. Aşa că era pedepsit pentru această încercare neregulamentară de a fi scutit de îndatoririle sale.

Dar deţinutul, care trecuse deja în cea de-a doua fază a reacţiilor sale psihologice, nu-şi mai ferea de acum privirea. Sentimentele lui se tociseră şi putea privi la astfel de scene fără să clipească. Alt exemplu: iată-l aşteptând în faţa infirmeriei, sperând să i se dea două zile de muncă mai uşoară în interiorul lagărului din pricina rănilor ori poate a umflăturilor sau a febrei. Stă nepăsător îri timp ce este adus un băiat de 12 ani care fusese silit să stea în poziţie de drepţi mai multe ore în

zăpadă sau să muncească afară desculţ pentru că nu se găsise în tot lagărul o pereche de pantofi pentru el. Degetele de la picioare îi degeraseră, iar medicul de gardă îndepărta cu penseta bucăţile gangrenoase înnegrite, una câte una. Scârbă, groază, milă - aceste sentimente, privitorul nostru nu le mai putea simţi deloc. După numai câteva săptămâni de lagăr, suferinţele, moartea şi morţii i-au devenit privelişti atât de obişnuite, încât nu puteau să-l mai mişte.

Mi-am petrecut ceva vreme într-o baracă destinată bolnavilor de tifos, cu accese de febră ridicată, adeseori cuprinşi de delir, mulţi dintre ei muribunzi. După ce unul dintre ei tocmai murise, am urmărit fără nici cea mai mică tulburare sufletească scena care a urmat, şi care se repeta mereu, cu fiecare nou deces. Unul câte unul, deţinuţii s-au apropiat de trupul cald încă. Unul a înşfăcat resturile împrăştiate ale unei mâncări de cartofi; altul a găsit că papucii greoi, de lemn, ai cadavrului i-ar fi numai buni şi i-a schimbat cu ai săi. Un al treilea a procedat la fel cu haina mortului, iar altul s-a bucurat să-şi însuşească -daţi-vă seama! - nişte şireturi adevărate.

Am privit întreaga scenă cu nepăsare. In cele din urmă, am cerut „sorei" să ia cadavrul. Când respectivul a decis să treacă

la treabă, l-a apucat de picioare, lăsându-l să cadă pe coridorul rămas între cele două rânduri de scânduri care slujeau drept paturi pentru cei cincizeci de bolnavi de tifos, şi l-a târât de-a lungul podelei de pământ denivelate înspre uşă. Cele două trepte care marcau ieşirea în curte constituiau întotdeauna o problemă pentru noi, căci eram vlăguiţi din pricina lipsei cronice de hrană. După câteva luni de lagăr nu mai eram în stare să le urcăm, fiecare dintre ele având în jur de cincisprezece centimetri, fără să ne agăţăm de tocul uşii ca să ne tragem în sus.

Omul cu cadavrul ajunse la trepte. Se târî în sus istovit. Apoi trase cadavrul: mai întâi picioarele, apoi bustul şi, în cele din urmă, capul, care scotea un zgomot nefiresc în timp ce se lovea de trepte.

Eu îmi aveam locul în capătul celălalt al barăcii, chiar alături de unica ferestruică, tăiată foarte aproape de podea. în timp ce strângeam în mâinile-mi îngheţate un castronaş de supă aburindă, din care sorbeam cu lăcomie, se întâmplă să privesc pe fereastră. Cadavrul care tocmai fusese îndepărtat se holba la mine cu ochii săi sticloşi. Cu doar două ceasuri mai devreme stătusem de vorbă cu omul acela. Am continuat să-mi sorb supa.

Dacă lipsa mea de simţire nu m-ar fi surprins din punct de vedere al interesului meu profesional, azi nu mi-aş mai fi amintit de această întâmplare, căci prea puţine sentimente fuseseră implicate în ea.

Apatia, tocirea emoţiilor şi sentimentul că nu-i mai pasă de nimic erau simptomele care se iveau în cea de a doua fază a reacţiilor psihologice ale deţinutului, şi care, în cele din urmă, îl făceau cu totul nesimţitor faţă de bătăile pe care le primea

zi de zi sau chiar ceas de ceas. Datorită acestei lipse de sensibilitate, prizonierul se înconjura în curând cu o carapace protectoare foarte necesară.

La bătaie se ajungea de la cea mai mică aţâţare, uneori chiar fără niciun motiv. De pildă, la locul de muncă, pâinea era porţionată şi trebuia să stăm la rând pentru ea. Odată, omul din spatele meu stătea puţin mai într-o parte şi această lipsă de simetrie l-a nemulţumit pe SS-istul de gardă. Nu aveam habar despre ce se întâmplă în spatele meu, nici despre ce era în mintea gardianului, dar brusc am primit două lovituri zdravene în cap. Abia atunci l-am zărit alături pe gardianul care-şi folosise bastonul. în astfel de momente, nu durerea fizică răneşte cel mai tare (şi faptul e valabil atât în ce-i priveşte pe adulţi, cât şi pe copii, atunci când sunt pedepsiţi), ci agonia sufletească cauzată de inechitatea în sine, de toată această nedreptate.

E de-a dreptul ciudat că, uneori, o lovitură care nici măcar nu lasă vreo urmă poate durea mai tare decât una care lasă urme. Odată, în timpul unei furtuni de zăpadă, mă aflam la lucru pe o cale ferată. în pofida vremii, echipa mea trebuia să continue lucrul. Eu munceam din greu la rearanjarea pietrişului, căci era singura cale de a nu îngheţa. Preţ doar de o clipă m-am oprit ca să-mi trag sufletul, sprijinindu-mă de coada lopeţii. Din nefericire, chiar atunci gardianul s-a întors spre mine şi a crezut că trăgeam chiulul. Suferinţa pe care mi-a provocat-o nu s-a datorat insultelor sau loviturilor. Gardianul nici nu a socotit că merită efortul de a arunca vreo vorbă, nici măcar o înjurătură fiinţei vlăguite din faţa sa şi care, doar vag, poate că îi amintea de o făptură umană. în schimb, luă de jos, ca în joacă, o piatră şi o aruncă în mine. Mie gestul mi se părea a fi potrivit mai degrabă pentru a atrage atenţia unei sălbăticiuni, pentru a repune la lucru un animal domestic, o făptură cu care ai atât de puţin în comun încât nici măcar n-o pedepseşti.

Cel mai dureros aspect al bătăilor era jignirea pe care ele o implicau. Odată, trebuia să cărăm nişte bârne lungi peste şinele îngheţate. Dacă unul dintre noi ar fi alunecat, nu numai că ar fi fost în pericol el însuşi, ci şi noi ceilalţi, care căram bârna respectivă. Un vechi prieten de-al meu se născuse cu unul din şolduri dislocat. în ciuda acestui fapt, omul era bucuros

că poate munci, căci persoanele handicapate erau aproape sigur trimise la moarte ori de câte ori avea loc o selecţie. Şchiopăta peste şine sub greutatea bârnei şi părea gata-gata să cadă şi să-i tragă şi pe ceilalţi după sine. Cum eu nu căram grinda, i-am sărit în ajutor fără să mai stau pe gânduri. Imediat am fost lovit în spate, apostrofat grosolan şi somat să mă întorc la locul meu. Cu doar câteva minute înainte, acelaşi gardian care tocmai mă lovise ne reproşase că nouă, „porcilor", ne lipseşte spiritul de camaraderie.

Altădată, în pădure, la o temperatură de -17 °C, am început să săpăm pământul, foarte îngheţat, ca să tragem nişte conducte de apă. în perioada aceea eram destul de slăbit fizic. Un supraveghetor cu obraji rotofei şi roşii a apărut lângă

mine. Faţa lui îmi amintea, în mod limpede, de un cap de porc. Am remarcat că purta nişte mănuşi frumoase şi călduroase pe gerul acela aspru. O vreme m-a privit în tăcere. Simţeam că se apropia necazul, căci în faţa mea se afla movila de pământ care arăta cu precizie cât de mult săpasem.

Atunci s-a pornit:

- Porcule, te-am urmărit tot timpul! Te învăţ eu să munceşti! Aşteaptă numai să sapi ţărâna cu dinţii - o să mori ca un animal! Te termin în două zile! Toată viaţa ta n-ai muncit nici măcar în treacăt. Ce ai fost, porcule? Om de afaceri?

Nu-mi păsa de el. Dar trebuia să ţin seama cum se cuvine de ameninţarea cu moartea, aşa că m-am îndreptat şi l-am privit drept în ochi:

- Am fost doctor - medic specialist.

- Ce! Doctor?! Pariez că ai făcut o grămadă de bani pe spinarea oamenilor!

-întâmplător, cea mai mare parte a muncii mele am desfăşurat-o neplătit, în spitalele pentru săraci.

Dar deja vorbisem prea mult. Se aruncă asupra mea şi mă doborî cu pumnii, ţipând ca un descreierat. Nu-mi mai amintesc ce urla.

Prin această istorisire aparent neînsemnată vreau să arăt că sunt clipe când până şi în sufletul unui deţinut, aparent nesimţitor, poate fi stârnită indignarea, indignarea nu din pricina cruzimii sau a durerii, ci a jignirii legate de acestea. In clipa aceea mi s-a urcat sângele la cap, fiindcă eram silit să-l ascult pe omul acela cum îmi judeca viaţa despre care nu avea nici cel mai mic habar, un om (trebuie să mărturisesc că remarca pe care am făcut-o în faţa colegilor mei, după scena respectivă, mi-a adus o uşurare copilărească) „care arăta atât de vulgar şi brutal încât asistenta de la camera de gardă a spitalului unde lucram nu l-ar fi primit nici măcar în sa|a de aşteptare".

Din fericire, *Capul* grupei mele de muncă îmi era îndatorat; începuse să mă simpatizeze pentru că-i ascultasem poveştile de iubire şi problemele matrimoniale pe care mi le istorisise în lungile noastre marşuri spre locul de muncă. îl impresionasem prin diagnoza făcută caracterului său şi prin sfaturile mele psihoterapeutice. Ulterior mi-a rămas recunoscător, şi faptul îmi fusese deja de folos. în alte câteva rânduri îmi rezervase un loc alături de el în unul dintre primele cinci rânduri ale detaşamentului nostru care, de regulă, era format din 280 de oameni. Favoarea nu era deloc mică. Trebuia să ne aliniem dimineaţa devreme, încă pe întuneric. Tuturor ne era frică să nu întârziem şi să fim nevoiţi să stăm în rândurile din spate, căci dacă trebuiau recrutaţi oameni pentru anumite munci neplăcute şi dezagreabile, venea *Capul şef* şi, de obicei, îşi strângea oamenii de care avea nevoie din rândurile din spate. Aceşti oameni trebuiau să meargă altundeva, pentru nişte munci de toată groaza, sub comanda unor gardieni ciudaţi. Uneori, *Capul şef* alegea oameni din primele cinci rânduri doar pentru a-i prinde pe cei care încercau săfenteze. Protestele şi rugăminţile erau reduse

la tăcere cu câteva şuturi bine ţintite, iar victimele alese erau mânate spre locui de întâlnire cu urlete şi lovituri.

în orice caz, atâta vreme cât *Capul* meu simţea nevoia să-si deşerte inima, aceste lucruri nu aveau cum să mi se

întâmple. Aveam garantat un loc de onoare alături de el. Dar mai exista şi un alt avantaj. Ca mai toţi tovarăşii mei de lagăr, şi eu sufeream de edeme. Picioarele îmi erau atât de umflate, iar pielea aşa de întinsă, încât abia de îmi puteam îndoi genunchii. Trebuia să îmi las şireturile desfăcute ca să-mi încapă pantofii în picioarele umflate. Nu mai era loc nici pentru şosete, chiar dacă aş fi avut unele. Aşadar, picioarele mele dezgolite erau întotdeauna ude, iar încălţămintea, întotdeauna plină de zăpadă. Desigur, faptul îmi produsese degerături. Fiecare pas era un adevărat chin. Mărşăluind peste câmpurile acoperite de zăpadă, în pantofii noştri se formau cocoloaşe de gheaţă. Oamenii alunecau mereu, iar cei din spatele lor se împiedicau de ei. Atunci coloana se oprea pentru o clipă, dar nu mai mult. Unul dintre gardieni trecea de îndată la treabă şi, luându-i la învârtit, îi lovea cu patul puştii ca să-i grăbească să se ridice. Cu cât te aflai mai în fruntea coloanei, cu atât mai rar erai obligat să te opreşti şi apoi să te grăbeşti pentru a recupera timpul pierdut alergând, cu picioarele chinuite de dureri. Eram foarte bucuros că fusesem ales drept medicul personal al Excelenţei Sale *Capul* şi că mărşăluiam în primul rând, doar la un pas de el.

Ca răsplată suplimentară pentru serviciile mele, puteam fi sigur că, atâta vreme cât se împărţea supa de prânz la locul de muncă, el, când îmi venea rândul, vâra polonicul până la fundul marmitei, pescuind nişte mazăre. Acest Cap, fost ofiţer în armată, a îndrăznit chiar să îi şoptească supraveghetorului, cu care mă luasem în gură, că mă ştie a fi un lucrător deosebit de bun. Asta n-a rezolvat problema, dar totuşi mi-a salvat viaţa atunci (una dintre acele multe dăţi când avea să-mi fie salvată). A doua zi după episodul cu supraveghetorul, m-a transferat în secret într-un alt detaşament de lucru.

Erau şi supraveghetori cărora le părea rău pentru noi şi care făceau tot ce le stătea în putinţă casă ne uşureze situaţia, cel puţin la locul de muncă. Dar chiar şi aceştia nu conteneau să ne amintească faptul că un lucrător obişnuit muncea de nu ştiu câte ori mai mult decât noi, ba chiar că îşi făcea treaba într-un interval de timp şi mai scurt. Totuşi, ne dădeau dreptate dacă le spuneam că un muncitor obişnuit nu trăia din doar trei sute de grame de pâine (asta teoretic, căci în realitate primeam chiar şi mai puţină) şi din trei sferturi de litru de supă chioară pe zi; după cum un muncitor de rând nu trăia nici în stresul mental la care eram noi supuşi, fără vreo veste de la familiile noastre, care fie fuseseră trimise în alt lagăr, fie fuseseră gazate de îndată după sosirea în lagăr; tot aşa cum muncitorul de rând nu era tot timpul ameninţat cu moartea, zi de zi şi ceas de ceas. Odată, chiar mi-am permis să-i spun unui supraveghetor mai amabil: „Dacă dumneavoastră aţi putea învăţa de la mine

cum să faceţi o operaţie pe creier într-un timp tot atât de scurt cât îmi ia mie să învăţ de la dumneavoastră cum să muncesc la drumuri, v-aş purta un respect deosebit." Iar el a rânjit.

Apatia, principalul simptom al celei de a doua faze, era un mecanism de autoapărare necesar. Realitatea se estompa, iar toate eforturile şi emoţiile se concentrau asupra unei unice sarcini: să rămâi în viaţă, tu şi prietenul tău. Era un fapt obişnuit să-i auzi pe prizonieri, în timp ce erau mânaţi seara, de la locul de muncă spre lagăr, cum oftează uşuraţi, spunând: „Ei bine, a mai trecut o zi."

E uşor de înţeles că într-o astfel de stare de încordare, la care se adăuga necesitatea de a se concentra constant asupra ţelului de a rămâne în viaţă, forţa vitală interioară a deţinutului coboară la un nivel primitiv. Mai mulţi colegi medici din lagăr, specializaţi în psihanaliză, vorbeau adeseori despre un soi de ..regresie" a deţinutului în lagăr - o repliere a acestuia într-o formă mai primitivă de viaţă sufletească. Dorinţele şi aspiraţiile deveneau însă evidente în visele sale.

Ce visa cel mai des deţinutul? Pâine, prăjituri, ţigări şi o binefăcătoare baie caldă. Neputinţa de a-şi vedea satisfăcute

aceste necesităţi simple îl mâna să îşi caute împlinirea dorinţelor în vis. Dacă visele chiar îi făceau sau nu bine, asta este o altă chestiune; omul care visa trebuia să se trezească şi să revină la realitatea vieţii de lagăr şi, totodată, la contrastul teribil dintre aceasta şi iluziile din visele sale.

Nu voi uita niciodată cum am fost trezit într-o noapte de gemetele unui prizonier care se zvârcolea în somn, având, evident, un coşmar oribil. Cum dintotdeauna mi-a fost milă de oamenii care sufereau din pricina unor vise terifiante sau din cauza delirului, am vrut să-l trezesc pe sărmanul om. Din-tr-odată însă mi-am retras mâna cu care tocmai voiam să-l scutur, speriat de ceea ce eram pe cale să fac. In clipa aceea am devenit extrem de conştient de faptul că niciun vis, oricât de oribil, nu putea fi mai rău decât realitatea care ne înconjura în lagăr şi la care fusesem cât pe ce să-l readuc.

Din cauza gradului ridicat de subnutriţie de care sufereau prizonierii, era normal ca dorinţa de mâncare să fie principalul instinct primar în jurul căruia se învârtea viaţa lăuntrică. Să-i urmărim, de pildă, pe cei mai mulţi dintre deţinuţi când se întâmpla să lucreze alături unii de alţii, dar nu supravegheaţi de foarte aproape. începeau imediat să discute despre mâncare. Unul îl întreba pe celălalt, care lucra cot la cot cu el în şanţ, care erau mâncările lui favorite. Şi apoi se apucau să facă schimb de reţete şi să stabilească meniul pentru ziua când vor sărbători - ziua aceea dintr-un viitor îndepărtat când vor fi liberi şi se vor fi întors acasă. Şi continuau tot aşa, descriind totul cu lux de amănunte, până când se dădea „de şase" printr-o parolă sau printr-un număr anume: „Vine paza!"

întotdeauna am considerat drept periculoase discuţiile despre mâncare. Nu e oare greşit să-ţi stârneşti organismul cu astfel de imagini apetisante despre delicatese,

când acesta tocmai reuşise, cumva, să se adapteze la porţiile extrem de mici şi de sărace în calorii? Deşi îţi poate prilejui o uşurare psihologică de moment, este o iluzie care, din punct de vedere fiziologic, cu siguranţă că nu poate fi lipsită de pericol.

în perioada finală a detenţiei, raţia noastră zilnică consta dintr-o zeamă chioară, o dată pe zi, şi din obişnuita porţioară de pâine. Pe lângă acestea, mai erau aşa-numitele „suplimente", constând din circa 20 de grame de margarină sau dintr-o feliuţă de cârnaţi de proastă calitate, sau dintr-o bucăţică de brânză, sau dintr-un picuţ de miere sintetică ori o linguriţă de gem apos, care alternau zilnic. în ce priveşte caloriile, dieta era cu totul inadecvată, mai ales din pricina muncii manuale grele şi a expunerii permanente la frig din cauza îmbrăcămintei nepotrivite. Bolnavii care se găseau „în îngrijire specială" - adică cei cărora li se permitea să zacă în barăci şi să nu meargă la muncă - o duceau şi mai rău încă.

Când se epuizară ultimele straturi de grăsime subcutanată, iar noi arătam ca nişte schelete travestite în piele şi zdrenţe, am putut urmări cum trupul se devora pe sine însuşi. Organismul îşi digera propriile proteine, iar muşchii se topeau. Corpul nu mai avea atunci putere să reziste. Unul câte unul, membrii micii comunităţi din baraca noastră s-au dus. Oricare dintre noi putea calcula cu destulă precizie cine era viitoarea victimă şi când urma să-i vină lui însuşi rândul. După destule observaţii, cunoşteam bine simptomele care garantau corectitudinea pronosticurilor noastre. „Asta n-o mai duce mult" sau „El urmează", ne şopteam unul altuia. Şi seara, când ne căutam de păduchi, privind la trupul nostru gol, gândeam cam aşa: „Trupul ăsta, corpul meu, e deja un cadavru. Ce s-a ales de mine? Nu mai sunt decât o părticică dintr-o mare masă de carne umană... dintr-o masă de dincoace de sârma ghimpată, înghesuită în câteva bordeie de pământ, o masă din care zilnic o anumită cantitate începe să putrezească, pentru că viaţa a părăsit-o."

Am menţionat mai sus că gândurile despre mâncare şi despre felurile preferate erau inevitabile şi că acestea năvăleau

în conştiinţa deţinutului ori de câte ori avea un moment de răgaz. Probabil că se poate înţelege atunci că până şi cei mai puternici dintre noi duceau dorul vremii când vor avea din nou parte de o mâncare cât de cât bună, şi asta nu de dragul mâncării bune în sine, ci la gândul că existenţa subumană, care ne făcuse incapabili să ne mai gândim la altceva decât la mâncare, urma să ia sfârşit.

Cei care n-au trecut printr-o astfel de experienţă cu greu pot înţelege conflictul sufletesc pe care-l trăieşte omul flămând, conflict care îi macină sufletul şi izbeşte în forţa voinţei sale. Aceştia cu greu pot pricepe ce înseamnă să tot sapi la şanţuri, trăgând mereu cu urechea la sunetul sirenei, de la ora 9 şi jumătate sau 10 dimineaţa, când se anunţa pauza de masă de o jumătate de oră şi ni se împărţea pâinea (câtă vreme mai era de împărţit ceva) şi tot întrebându-l pe supraveghetor - dacă nu cumva era vreun individ urâcios - cât anume e ceasul, şi tot pipăind cu grijă

bucata de pâine din buzunar, apoi ciocănind-o cu degetele dezgolite şi îngheţate pentru ca, în cele din urmă, să rupi un colţ pe care să-l duci la gură şi, cu o ultimă rămăşiţă de voinţă, să pui, în cele din urmă, pâinea iarăşi în buzunar, după ce în dimineaţa respectivă îţi vei fi jurat că o vei păstra până după-amiază.

Puteam să polemizăm la nesfârşit despre rostul sau neros-tul diverselor metode de a ne drămui micuţa porţie de pâine, care ne era servită doar o dată în zi, spre finalul perioadei noastre de detenţie. Existau două şcoli de gândire. Una pleda pentru mâncarea raţiei de îndată ce o primeam. Dublul avantaj consta în faptul că astfel îţi potoleai pentru scurtă vreme, măcar o dată în zi, foamea teribil de chinuitoare şi te puneai la adăpost de pericolul să nu-ţi fie furată sau să nu îţi pierzi cumva porţia. Al doilea grup, care ţinea ca pâinea să fie porţionată, folosea alte argumente. în cele din urmă am intrat în rândurile lor.

Cel mai cumplit moment din cele douăzeci şi patru de ore pe care le petreceam în lagăr era deşteptarea când, la o oră încă nocturnă, cele trei ţiuituri ascuţite de fluier ne smulgeau fără milă din somnul în care căzusem frânţi şi din tânguirile din visele noastre. Atunci începea bătălia cu pantofii noştri uzi, în ; care cu greu ne puteam strecura picioarele, rănite şi umflate. *i* Mai erau şi oftaturile şi jeluirile din pricina problemelor noastre • mărunte, ca de pildă legarea sârmelor care ne ţineau loc de . şireturi. într-o dimineaţă l-am auzit pe unul dintre noi, un om \ pe care-l ştiam curajos şi vrednic de respect, plângând ca un ; copil pentru că avea să umble prin zăpadă desculţ, încălţămintea fiindu-i prea scâlciată ca s-o mai poată purta. în clipele acelea teribile am găsit un dram de alinare scoţând din buzunar o bucăţică de pâine pe care am şi ronţăit-o, absorbit de plăcere.

Probabil că subalimentaţia, pe lângă faptul că era cauza preocupării noastre generale pentru mâncare, explica totodată şi faptul că apetitul sexual, de regulă, ne lipsea. Pe lângă efectele iniţiale ale şocului, aceasta pare să fie singura explicaţie a fenomenului pe care psihologul nu avea cum să nu îl observe în aceste lagăre doar de bărbaţi: anume că, spre deosebire de alte aşezăminte - cum erau barăcile armatei - aveau loc puţine perversiuni sexuale. Nici chiar în visele sale, deţinutul nu părea a fi preocupat de sex, deşi în vis se exprimau atât frustrările lui emoţionale, cât şi sentimentele lui mai rafinate şi mai înalte. La majoritatea deţinuţilor, modul de viaţă rudimentar şi faptul că erau obligaţi să se preocupe în exclusivitate cum să-şi scape pielea au condus la un dezinteres total faţă de orice nu slujea acestui scop şi explica lipsa cu desăvârşire a sentimentelor. Faptul mi-a devenit limpede pe când ne transferau de la Auschwitz într-un alt lagăr aparţinând de Dachau. Trenul care ne transporta - eram cam 2 000 deţinuţi - străbătea Viena. Pe la miezul nopţii am trecut printr-una din gările vieneze. Calea ferată o lua pe lângă strada unde mă născusem, pe lângă casa în care locuisem atâţia ani, adică până când fusesem dus în lagăr.

In vagonul având doar două mici deschizături cu zăbrele, eram în jur de cincizeci de deţinuţi. Numai câţiva aveau loc

să se ghemuiască pe jos, în timp ce restul trebuia să stea în picioare, ore la rând, înghesuindu-se în jurul ferestruicilor. Stăteam pe vârfuri şi, uitându-mă peste capetele celorlalţi printre zăbrelele ferestruicii, am aruncat o privire stranie spre oraşul meu natal. Cu toţii eram mai mult morţi decât vii, deoarece credeam că ne îndreptăm spre lagărul de la Mathausen şi că mai aveam de trăit doar una sau două săptămâni. Am avut sentimentul clar că priveam străzile, pieţele şi casa copilăriei mele cu ochii unui mort care a revenit dintr-o altă lume şi se uită la un oraş fantomatic.

După ore de întârziere, trenul a părăsit gara. Şi iată strada, strada mea! Flăcăii care aveau la activ câţiva ani de lagăr şi pentru care o asemenea călătorie era un eveniment deosebit se holbau atenţi prin ferestruică. Am început să-i rog, să-i implor să mă lase în faţă măcar pentru o clipă. încercam să le explic cât de mult însemna pentru mine o privire pe fereastră chiar atunci. Dorinţa mi-a fost refuzată cu grosolănie şi cinism: „Ai trăit aici atâta vreme? Atunci ai văzut destul!"

în general, în lagăr era vorba şi de o „hibernare culturală". Două chestiuni făceau excepţie: politica şi religia. Politică discutau cu toţii, peste tot în lagăr, aproape tot timpul; discuţiile se bazau mai ales pe zvonurile care erau lansate şi treceau de la unul la altul cu nesaţ. Zvonurile despre situaţia militară erau, de obicei, contradictorii. Se succedau cu rapiditate şi nu făceau altceva decât să contribuie la războiul nervilor care se purta în mintea tuturor prizonierilor. De multe ori, speranţele legate de un sfârşit rapid al războiului, pe care le stârneau zvonurile optimiste, ne erau înşelate. Unii şi-au pierdut cu totul speranţa, şi cei mai enervanţi erau optimiştii incorigibili.

Curiozitatea religioasă a deţinuţilor, de îndată ce apărea şi câtă vreme lua avânt, era cea mai sinceră pe care ţi-ai putea-o imagina. Profunzimea şi vigoarea credinţei religioase îi surprindeau şi îi mişcau adeseori pe nou-veniţi. Cele mai impresionante, în privinţa aceasta, erau rugăciunile sau slujbele improvizate într-un colţ al barăcii sau în bezna vagoanelor pentru vite cu care eram aduşi înapoi în lagăr dintr-un loc de muncă mai îndepărtat, obosiţi, înfometaţi şi îngheţaţi în îmbrăcămintea noastră ferfeniţită.

în iarna şi primăvara lui 1945 a izbucnit o epidemie de tifos, aşa că mai toţi deţinuţii au fost infectaţi. Printre cei slăbiţi, procentul de mortalitate era ridicat, fiindcă aceştia trebuiau să-şi continue munca istovitoare până la capătul puterilor. Condiţiile de locuit pentru bolnavi erau cât se poate de nepotrivite, practic nu existau deloc medicamente şi nici îngrijitori. Unele din simptomele bolii' erau extrem de neplăcute - o scârbă de neînvins chiar şi faţă de cel mai mic crâmpei de mâncare (ceea ce le punea şi mai mult în pericol viaţa) şi accesele teribile de delir. Cel mai grav caz de delir a fost cel al unui prieten de-al meu care îşi imagina că moare şi voia să se roage, în delirul său nu-şi putea găsi însă cuvintele ca s-o facă. Ca să evit accesele respective, am încercat, aşa cum au făcut-o mulţi alţii, să rămân treaz cât mai mult din noapte. Ore la rând com-puneam în mintea mea discursuri. în cele din urmă, am început să

reconstruiesc manuscrisul care-mi fusese confiscat în sala de dezinfecţie de la Auschwitz, mâzgălind prescurtat cuvintele cheie pe mici petice de hârtie.

Uneori, aveau loc discuţii ştiinţifice în lagăr. Odată am fost martor la ceva ce nu mai văzusem niciodată, nici chiar în viaţa mea obişnuită, cu toate că e vorba întrucâtva despre ceva apropiat de interesele mele profesionale: o şedinţă de spiritism. Fusesem invitat de doctorul şef al lagărului (şi el tot un deţinut), care ştia că sunt medic psihiatru specialist. întâlnirea a avut loc în cămăruţa sa personală din clădirea rezervată bolnavilor. Se formase un mic cerc, în care se afla, în mod ilegal, şi subofiţerul de la trupa de sanitari.

Un bărbat a început să invoce spiritele printr-un soi de rugăciune. Secretarul lagărului avea înaintea sa o foaie goală

de hârtie, dar fără intenţia conştientă de a scrie ceva pe ea. în următoarele zece minute (după care şedinţa s-a terminat din pricina eşecului mediumului de a invoca duhurile să apară), creionul lui aînceput să tragă uşor nişte linii pe hârtie, formând foarte lizibil cuvintele .VAE V". E absolut sigur că secretarul nu învăţase niciodată latina şi că nu auzise niciodată înainte cuvintele *vae victis* - .Vai de cei învinşi!". După părerea mea, probabil că le auzise cândva în viaţă, fără să şi le mai fi amintit, iar cuvintele au fost astfel la îndemâna „spiritului" (spiritul subconştientului său), atunci, cu câteva luni înainte de eliberarea noastră şi de finele războiului.

în ciuda primitivităţii fizice şi sufleteşti silite din lagărele de concentrare, era posibil totuşi ca viaţa spirituală să se adâncească. Oamenii mai sensibili care fuseseră obişnuiţi cu o viaţă intelectuală bogată probabil că au suferit mult (adesea aveau şi o constituţie fizică mai delicată), dar pagubele produse asupra fiinţei lor lăuntrice au fost mai mici. Aceştia erau în stare să se retragă din ambianţa teribilă din jurul lor într-o viaţă lăuntrică plină de bogăţie, o viaţă a libertăţii spirituale. Numai astfel se poate explica aparentul paradox că unii deţinuţi având o constituţie mai puţin robustă păreau adeseori că fac faţă mai bine vieţii de lagăr decât cei mai robuşti. Pentru a mă face înţeles, sunt nevoit să fac apel la propria-mi experienţă. Daţi-mi voie să vă istorisesc ce se întâmpla în dimineţile acelea când, cu noaptea în cap, trebuia să mărşăluim spre locul nostru de muncă.

Comenzi strigate: „Detaşament, înainte marş! Stâng-doi-trei-patru! Stâng-doi-trei-patru! Stâng-doi-trei-patru! Stâng-doi-trei-patru! După omul din faţă, stâng, şi stâng, şi stâng, şi stâng! Şapca jos!" Şi acum îmi mai răsună încă în urechi cuvintele acelea. La ordinul „Şapca jos!" treceam prin poarta lagărului, iar reflectoarele de supraveghere erau puse pe noi. Oricine nu mărşăluia ţanţoş primea un şut. Cel mai rău era pentru cei care, din pricina gerului, îşi trăseseră din nou şapca pe urechi fără permisiune.

Ne împiedicam pe întuneric de bolovanii mari şi prin băltoacele uriaşe pe care le-ntâlneam de-a lungul singurului drum care ieşea din lagăr. Gardienii care ne

însoţeau continuau să ţipe la noi şi ne mânau cu patul armei. Cei cu picioarele inflamate se sprijineau de braţul vecinului. Arareori mai rosteam câte un cuvânt; vântul tăios nu prea încuraja discuţiile. Ascun-zându-şi gura în spatele gulerului ridicat, omul de lângă mine mi-a şoptit dintr-odată: „Dacă ne-ar vedea soţiile în clipa asta! Sper că o duc mai bine în lagărul lor şi că nu ştiu prin ce trecem noi."

Asta m-a trimis cu gândul la,soţia mea. Şi cum mergeam, kilometri la rând, totîmpiedicându-ne şi alunecând pe porţiunile îngheţate, trăgându-ne unul pe altul în sus şi mergând mereu înainte, fără să rostim ceva, amândoi ştiam că fiecare dintre noi se gândea la soţia lui. Uneori priveam spre cerul unde stelele începeau să pălească în timp ce lumina trandafirie a zorilor se întindea din spatele unei grămezi de nori negri. Sufletul meu se agăţa însă de chipul soţiei mele, pe care mi-l adusesem înaintea ochilor cu o claritate suprafirească. O auzeam răspunzându-mi, îi vedeam surâsul, privirea sinceră şi dătătoare de curaj. Fie că era sau nu reală, privirea ei era însă mai strălucitoare decât soarele care tocmai răsărea. ^

Un gând m-a străpuns: pentru prima dată în viaţă am ***J*** înţeles adevărul, aşa cum l-au aşezat în ode atâţia poeţi, declarat/ ca ultimă înţelepciune de atât de mulţi gânditori. Adevărul că **f** dragostea este ultimul şi cel mai înalt ţel la care omul poate să \ aspire. Atunci am înţeles sensul celei mai mari taine pe care poezia, gândirea şi credinţa umană trebuie să ne-o împărtăşească: *izbăvirea omului este prin dragoste şi în dragoste.* Am **i** înţeles că omul căruia nu i-a mai rămas nimic în lumea aceasta poate totuşi să cunoască fericirea, chiar şi dacă numai pentru o clipă, contemplând persoana iubită. Neînchipuit de singur, neputincios să se exprime printr-o activitate pozitivă, când

singura sa realizare se reduce la a-şi îndura suferinţa aşa cum se cuvine - onorabil, aşadar aflat într-o astfel de situaţie, omul poate, prin contemplarea plină de iubire a chipului persoanei iubite, pe care îl poartă în sine, să ajungă la împlinire. Pentru prima oară în viaţă am putut pricepe înţelesul cuvintelor „îngerii se pierd în contemplarea perpetuă a slavei nemărginite".

In faţa mea, un om se împletici şi cei care-l urmau căzură peste el. Gardianul se năpusti şi îi lovi pe toţi. Astfel, gândurile mele fură întrerupte câteva minute. Dar brusc sufletul meu găsi calea înapoi, de la viaţa mea de deţinut spre cealaltă lume, reluându-mi astfel discuţia cu iubita mea - o întrebam şi ea îmi răspundea, apoi, la rândul ei, îmi punea întrebări şi eu îi dădeam răspuns.

„Staiii!" Ajunseserăm la locul nostru de muncă. Cu toţii se zoreau înspre baraca întunecoasă în nădejdea că vor da peste nişte unelte cât de cât bune. Fiecare prizonier primea o cazma sau un târnăcop.

„Nu vă puteţi grăbi, porcilor?" Curând ne-am reluat în şanţ locul din ziua precedentă. Pământul îngheţat trosnea sub vârful târnăcopului, de săreau scântei. Oamenii - tăcuţi, cu mintea amorţită.

Sufletul meu era încă agăţat de chipul soţiei mele. Un gând îmi trecu prin minte: nici măcar nu ştiam dacă mai era în viaţă. Ştiam un singur lucru - un lucru pe care îl învăţasem deja bine: dragostea trece cu mult dincolo de persoana fizică a fiinţei iubite, găsindu-şi sensul cel mai profund în fiinţa sa spirituală, în şinele său lăuntric. Fie că este sau nu prezentă, fie că mai este sau nu în viaţă, toate acestea încetează, cumva, să mai conteze.

Nu ştiam dacă soţia mea mai trăia şi nu aveam nicio posibilitate de a afla adevărul (pe toată perioada detenţiei nu am putut trimite şi nici primi vreo scrisoare); dar în clipa aceea nu mai conta. Nici măcar nu aveam nevoie să aflu; nimic nu putea ştirbi tăria dragostei mele, a gândurilor mele, şi chipul iubitei mele. Dacă aş fi ştiut în clipele acelea că soţia mea era moartă, cred că aş fi continuat să mă dăruiesc, netulburat de acest fapt, contemplării chipului ei, iar conversaţia mea lăuntrică cu ea ar fi fost la fel de vie şi de îndestulătoare. „Pune-mă ca o

pecete pe inima ta, căci dragostea este tare ca moartea".[7]_/

Această intensificare a vieţii lăuntrice îl ajuta pe deţinut[8] să găsească un refugiu în faţa goliciunii, pustiirii şi sărăciei spirituale din viaţa sa, permiţându-i să evadeze în trecut. Când îi dădea frâu liber, imaginaţia lui se putea juca cu întâmplări din trecut, adeseori neimportante, cu întâmplări mărunte şi lucruri neînsemnate. In nostalgicele sale aduceri aminte le punea într-o lumină cu totul deosebită, acestea căpătând o înfăţişare neobişnuită. Lumea şi existenţa lor păreau atât de îndepărtate, iar mintea călătorea într-acolo plină de dor. în mintea mea călătoream cu autobuzul, descuiam uşa de la intrarea în apartament, răspundeam la telefon, aprindeam luminile electrice. Adeseori, gândurile noastre se învârteau în jurul unor asemenea detalii, iar aducerile aminte te puteau mişca până la lacrimi.

[7] Frankl citează adeseori din *Vechiul Testament.* Aici citează din *Cântarea Cântărilor,* superb poem de iubire scris de regele Solomon (cap. 8, v. 6): „Pune-mă ca o pecete pe inima ta, ca o pecete pe braţul tău; căci dragostea este tare ca moartea, şi gelozia este neînduplecată ca locuinţa morţilor; jarul ei este jar de foc, o flacără a Domnului." (n.trad.)

[8] De remarcat că Frankl foloseşte adeseori persoana a treia singular, deşi se referă la sine. Acest procedeu stilistic, regăsit şi în alte scrieri de-ale sale, Frankl îl şi explică la un moment dat, el ţinând de ceea ce psihiatrul vienez numeşte „transcendenţă de sine" (en. se/f *transcendence;* ger. *Selbst-Transzendenz),* una din calităţile fundamentale ale omului, care nu doar că se poate detaşa de sine însuşi şi se poate privi de la o oarecare distanţă şi cu obiectivitate, ci poate chiar uita de sine în timp ce se dăruieşte slujirii unei cauze mai înalte decât propria persoană, (n.trad.)

Pe măsură ce viaţa interioară a deţinutului tindea să devină tot mai intensă, el se bucura deopotrivă de frumuseţea artei si a naturii, mai mult ca niciodată. Cuprins de farmecul lor, putea chiar sâ uite uneori de împrejurările înspăimântătoare în care

se afla. Dacă ne-ar fi putut cineva zări faţa în timpul călătoriei noastre de la Auschwitz spre un lagăr bavarez, în vreme ce priveam, prin ferestruicile zăbrelite ale vagonului-închisoare, spre munţii Salzburgului, cu piscurile învăpăiate în amurg, nu ar fi putut nicidecum crede că acelea erau chipurile unor oameni care îşi pierduseră orice speranţă de viaţă şi de libertate. în ciuda acestui fapt - ba poate chiar datorită lui - , eram furaţi de frumuseţile naturii cărora le dusesem dorul atâta vreme.

De asemenea, în lagăr, se prea putea ca unul dintre noi să-i atragă atenţia camaradului care muncea cot la cot cu el asupra unui răsărit de soare strălucind pe deasupra copacilor înalţi ai pădurilor bavareze (ca în faimoasele acuarele ale lui Diirer), aceleaşi păduri în care noi construiserăm o enormă fabrică de muniţii. într-o seară, pe când ne odihneam, obosiţi morţi, pe podeaua barăcii noastre, cu gamela de supă în mână, un tovarăş de lagăr dădu buzna înăuntru şi ne invită să dăm fuga afară pe platoul de adunare ca să vedem minunea asfinţitului. Stând acolo, am văzut cum norii mirifici se învăpăiau înspre apus şi cum cerul întreg se însufleţea de nori cu contururi şi culori mereu schimbătoare, de la albastru metalic până la sângeriu. Cenuşiul însingurat al barăcilor mizerabile contrasta intens cu cerul învăpăiat, reflectat în băltoacele de pe terenul noroios. într-un târziu, după o tăcere grăitoare, ne-am spus unul altuia: „Cât de frumoasă *poate* fi lumea!"

Altă dată eram la muncă într-un şanţ. Zorii cenuşii; cenuşiu şi cerul de deasupra noastră; cenuşie şi zăpada în lumina slabă a dimineţii; cenuşii şi zdrenţele în care erau înveşmântaţi camarazii mei; cenuşii şi feţele lor. Stăteam din nou de vorbă cu soţia mea, pe tăcute, ori poate că mă străduiam să găsesc *explicaţia* suferinţelor mele, a morţii mele lente. într-un ultim protest violent împotriva deznădejdii în faţa morţii iminente, am simţit cum sufletul meu străpunge bezna în care eram înfăşurat. Am simţit cum transcende lumea aceea lipsită de speranţă şi de sens, şi de undeva am auzit un „da" biruitor, ca răspuns la întrebarea mea despre sensul suprem al existenţei. în chiar clipa aceea, la o casă ţărănească din depărtare, odihnind la orizont **de** parcă ar fi fost pictată, se aprinse o luminiţă în cenuşiul acela mizerabil al zorilor din Bavaria. *Et lux in tenebris lucet* -„Şi lumina străluci în întuneric".[9] Săpam pământul îngheţat de mai multe ore. Gardianul **trecuse** lângă mine şi îmi aruncă o insultă, dar eu mă scufundai mai mult în dialogul cu iubita mea. Simţeam tot mai mult că ea e de faţă, că e alături de mine; aveam impresia că o puteam chiar atinge, că aş putea să îmi întind mâna şi să i-o prind pe a ei. Trăirea era foarte puternică: ea era *acolo.* Chiar în clipa aceea, o pasăre coborîîn zbor tăcută şi se cocoţă, chiar în faţa mea, pe grămada de pământ pe care îl scosesem din şanţ, uitându-se ţintă la mine. >

Mai înainte am vorbit despre artă. Poate exista aşa ceva într-un lagăr de concentrare? Mai degrabă depinde de cum alegem să definim arta. Din când în când, improvizam un soi de sală de spectacol. Baraca era temporar curăţată, se făcea loc în ea şi câteva bănci de lemn erau puse sau prinse laolaltă şi se încropea un program.

Seara, toţi cei cu poziţii bune în lagăr - toti *Capii* şi muncitorii care nu avuseseră de mărşăluit pe distanţe mari în afara lagărului - se adunau acolo. Mergeau

[9] Frankl face apel, armonizându-le inspirat şi admirabil, la cuvintele de pe frontispiciile *Vechiului şi Noului Testament.* In vreme ce în cartea *Facerii* este vorba despre lumina fizică, Apostolul loan se referă, în prologul Evangheliei sale, la Logosul divin, care s-a întrupat în persoana lui lisus Hristos. (n.trad.)

ca să tragă câteva hohote de râs sau poate ca să plângă un pic; oricum, ca să uite. Se cânta, se spuneau poezii, glume, unele satirizând printre rânduri viaţa de lagăr. Toate aveau menirea să ne ajute să uităm, şi chiar ne ajutau. întâlnirile noastre aveau aşa un impact, încât unii dintre deţinuţii de rând veneau la spectacol în ciuda oboselii, chiar dacă astfel trebuiau să renunţe la porţia lor zilnică de mâncare.

în jumătatea de oră de la prânz când ni se împărţea supa (pe care o suportau firmele contractoare şi pentru care nu plăteau cine ştie ce) la locul de muncă, aveam voie să ne strângem laolaltă într-o sală a maşinilor neterminată. La intrare, toţi primeau câte un polonic de supă chioară. în timp ce o sorbeam cu nesaţ, un prizonier se cocoţa pe un butoi şi cânta arii italiene. Ne plăceau cântecele, iar lui i se dădea o porţie dublă de supă, chiar „de la fund" - adică cu mazăre!

In lagăr se dădeau premii nu doar pentru distracţie, ci şi pentru aplauze. Eu, spre exemplu, puteam să beneficiez de protecţia (noroc că nu am avut niciodată nevoie de ea!) celui mai de temut *Capo* din lagăr, care pe bună dreptate era cunoscut sub numele de „Capo-Ucigaşul". Iată cum s-au petrecut lucrurile. într-una din seri mi s-a făcut cinstea deosebită de a fi iarăşi invitat în camera unde aveau loc şedinţele de spiritism. De faţă se adunaseră aceiaşi intimi prieteni ai doctorului-şef şi, fără permisiune, era prezent şi ofiţerul responsabil de echipa de la canalizare. Capo-Ucigaşul a intrat din întâmplare în încăpere, şi a fost rugat să recite una din poeziile sale, care deveniseră faimoase (sau, mai degrabă, de pomină) în lagăr. N-a fost nevoie să fie rugat de două ori, aşa că repede a scos la iveală un soi de jurnal din care a început să ne recite câteva mostre ale artei sale. La una dintre poeziile sale de dragoste a trebuit să-mi muşc buzele până la sânge ca să mă abţin şi e foarte probabil că faptul acesta mi-a salvat viaţa. De vreme ce m-am arătat foarte generos şi cu aplauzele, mi-am salvat viaţa şi chiar am fost detaşat în echipa lui, căreia îi mai fusesem anterior repartizat timp de o zi - o zi care îmi fusese de-ajuns. Oricum, mi-a folosit totuşi să îi devin cunoscut lui Capo-Ucigaşul -dintr-un unghi favorabil. Aşadar, am aplaudat cât m-au ţinut palmele.

Desigur, la modul general, orice încercare de a face artă în lagăr era întrucâtva grotescă. Aş spune că impresia reală pe care o făcea asupra noastră orice lucru care avea legătură cu arta provenea numai din contrastul strident dintre actul respectiv şi fundalul vieţii deprimante din lagăr. Nu voi uita niciodată cum m-am sculat din somnul acela adânc, datorat epuizării, după a doua noapte petrecuta **1a** Auschwitz - trezit

fiind de muzică. Responsabilul barăcii serba ceva în camera lui, care se afla chiar lângă intrarea în baracă. Voci de oameni chercheliţi zbierau nişte melodii răsuflate. Brusc s-a făcut linişte şi o vioară a început să cânte în noapte un tango exasperant de trist, o melodie deosebită, nebanalizată printr-o deasă interpretare. Vioara plângea şi o parte din mine plângea dimpreună cu ea, căci în aceeaşi zi cineva tocmai împlinea 24 de ani. Persoana aceea se găsea într-o altă parte a Auschwitz-ului, poate doar la câteva sute sau mii de metri depărtare, dar îmi era cu neputinţă să ajung la ea. Era soţia mea.

Pentru cineva dinafară, faptul de a descoperi că într-un lagăr de concentrare era cu putinţă o formă de artă poate fi destul de surprinzător, dar poate mai uimitor ar fi să audă că puteam regăsi, la fel de bine chiar şi acolo, simţul umorului; desigur, doar o urmă slabă de umor, şi doar pentru câteva secunde sau minute. Umorul era o altă armă a sufletului în lupta noastră pentru autoconservare. Este bine cunoscut faptul că umorul, mai mult decât oricare altă trăsătură umană, îţi îngăduie să te distanţezi şi să ai puterea să te ridici deasupra oricărei situaţii, chiar dacă numai pentru câteva clipe. De fapt, chiar l-am învăţat pe un prieten de-al meu, care muncea cot la cot cu mine

în construcţii, să-şi dezvolte simţul umorului, l-am sugerat că am putea să ne făgăduim unul altuia să scornim cel puţin o istorioară amuzantă în fiecare zi despre ceva ce ni s-ar putea întâmpla, cândva, după liberare. Omul era chirurg şi lucrase în calitate de chirurg-asistent în cadrul unui mare spital. Aşa că odată am încercat să-l fac să zâmbească descriindu-i cum nu va fi el în stare să se dezbare de obişnuinţele vieţii de lagăr când se va fi întors la ocupaţia sa de mai înainte. în construcţii (în special când supraveghetorul îşi făcea turul de inspecţie), şeful de echipă ne îndemna să lucrăm mai repede strigând: „Atenţie! Atenţie!", l-am spus, deci, prietenului meu: „într-o bună zi vei fi din nou în blocul operator, făcând o operaţie abdominală de anvergură şi dintr-odată un infirmier va da buzna înăuntru şi va anunţa sosirea chirurgului-şef strigând: «Atenţie! Atenţie!»"

Alteori, ceilalţi inventau diverse chestii amuzante despre viitor, anticipând de exemplu că la masă, în timpul unei reuniuni, ar putea uita de ei când s-ar servi supa şi ar cere gazdei să-i servească „de la fundul oalei".

încercarea de a ne dezvolta simţul umorului şi de a vedea lucrurile în lumina aceasta hazlie este un soi de artificiu pe care-l învăţăm în timp ce deprindem arta de a trăi. Cu toate acestea, iată că este posibil să practici arta de a trăi chiar si într-un lagăr de concentrare, deşi suferinţa este omniprezentă. Să fac o analogie: suferinţa omului se aseamănă cu comportamentul gazului. Dacă se pompează o anumită cantitate de gaz într-o încăpere goală, gazul va umple camera complet şi uni-\ form, indiferent cât de mare ar fi ea. Tot astfel, suferinţa umple întru totul sufletul uman şi gândirea conştientă, indiferent dacă le vorba de o suferinţă mare sau de una mică. De aceea „mări-tTiea" suferinţei umane este absolut relativă.

Totodată, rezultă că un lucru foarte banal poate cauza cea mai mare bucurie. Să luăm ca exemplu ceva ce s-a întâmplat în călătoria noastră de la Auschwitz spre lagărul care ţinea de Dachau. Ne temeam cu toţii că ne îndreptam spre lagărul Mauthausen. Deveneam din ce în ce mai tensionaţi pe măsură ce ne apropiam de un anume pod pe Dunăre, peste care trenul ar fi trebuit să treacă pentru a ajunge la Mauthausen, după cum ne înştiinţaseră tovarăşii noştri de drum cu mai multă experienţă. Celor care nu au văzut vreodată ceva asemănător le este imposibil să-şi imagineze cum noi, deţinuţii, ţopăiam de bucurie în vagon când am văzut că transportul nu trece peste podul cu pricina, ci că se îndrepta „doar" spre Dachau.

Şi iarăşi, ce s-a întâmplat la sjpsirea noastră în lagăr, după un drum de două zile şi trei nopţi? Nu fusese suficient spaţiu pentru ca toţi să ne ghemuim pe podeaua vagonului în acelaşi timp. Majoritatea dintre noi au trebuit să stea în picioare tot drumul, în timp ce doar câţiva se ghemuiau cu schimbul pe paiele neîndestulătoare mustind de urină. Când am ajuns, prima ştire importantă pe care am aflat-o de la deţinuţii mai vechi a fost că acest lagăr relativ mic (numărând 2 500 de persoane) nu avea „cuptoare", nici crematoriu, nici gaz! Asta însemna că o persoană care ajungea „musulman" nu putea fi dus direct la camera de gazare, ci trebuia să aştepte până când se alcătuia un asa-numit „transport de bolnavi" pentru Auschwitz. Această surpriză îmbucurătoare ne-a creat bună dispoziţie. Urarea gardianului-şef care răspundea de baraca noastră la Auschwitz devenise realitate: ajunsesem, cât se poate de repede, într-un lagăr care, spre deosebire de Auschwitz, nu avea „horn". Am râs si am tras la glume în ciuda a tot ceea ce aveam să îndurăm în următoarele câteva ore şi pe tot parcursul orelor respective.

Când, în calitatea noastră de nou-veniţi, am fost număraţi, unul dintre noi lipsea. Aşa că a trebuit să aşteptăm afară în ploaie şi în vântul tăios până când omul lipsă a fost găsit. în cele din urmă fu descoperit într-o baracă, unde adormise de epuizat ce era. Apoi apelul s-a transformat, ca pedeapsă, într-un marş.

Toată noaptea şi până târziu a doua zi dimineaţă a trebuit să stăm afară, îngheţaţi şi muraţi până fa piele după toată zdroaba din timpul lungii noastre călătorii. Şi totuşi, eram cu toţii foarte mulţumiţi! Pentru că în lagăr nu era nici un horn, iar Ausch-witz-ul era hăt departe.

Altă dată, am văzut un grup de deţinuţi trecând pe lângă locul nostru de muncă. Cât de limpede ne-a apărut în clipa aceea caracterul atât de relativ al suferinţei! Ii invidiam pe aceşti deţinuţi pentru viaţa lor relativ bine ordonată, sigură şi fericită. Cu siguranţă că aveau posibilitatea să facă baie regulat, ne ziceam noi cu tristeţe. Cu siguranţă că aveau periuţe de dinţi şi perii de haine, saltele - câte una pentru fiecare dintre ei - şi îşi primeau lunar corespondenţa, având astfel veşti despre rudele lor, sau putând măcar şti dacă acestea mai erau sau nu în viaţă. Noi pierduserăm toate aceste drepturi cu multă vreme în urmă.

Şi cum îi mai invidiam pe aceia dintre noi care aveau şansa de a ajunge la o fabrică şi de a lucra având un acoperiş deasupra capului! Cu toţii ne doream să avem un astfel de noroc şi să ne salvăm viaţa. Marja relativă de noroc era chiar şi mai consistentă. Chiar şi printre detaşamentele dinafară taberei (din care am făcut şi eu parte) erau câteva grupe care erau considerate mai rele decât celelalte. Puteai să-l invidiezi pe un altul care nu era nevoit să se afunde în noroiul argilos de pe o pantă abruptă ca să desfunde rezervoarele vreunei mici staţii de tren timp de douăsprezece ore pe zi. Majoritatea accidentelor zilnice se întâmplau în timpul acestui gen de muncă şi adeseori erau fatale.

în alte grupe de muncă, ofiţerii se ţineau de o anumită tradiţie locală de a aplica lovituri cu nemiluita, ceea ce ne făcea să discutăm despre norocul relativ de a nu fi sub comanda lor, sau măcar despre norocul de a fi sub comanda lor doar pentru o vreme. Odată, dintr-un nenoroc, am ajuns într-o astfel de grupă. Dacă o alarmă de raid aerian nu ne-ar fi întrerupt după două ore (timp în care ofiţerul a stat pe capul meu în mod deosebit), impunând după aceea redistribuirea muncitorilor, cred că m-aş fi întors în lagăr cu una din săniile care îi transportau pe cei care muriseră sau erau pe cale să se sfârşească din pricina epuizării. Nici nu vă puteţi închipui despovărarea pe care şuierul sirenei o poate aduce într-o asemenea situaţie; nici măcar boxerul care aude gongul de la sfârşit de rundă, gongul care l-a salvat în ultima clipă de la knockout, nu poate pricepe asta.

Eram recunoscători pentru fiecare astfel de mică şansă nesperată. Eram bucuroşi când găseam timp să ne căutăm de păduchi mai înainte de a merge la culcare, deşi lucrul în sine nu era o plăcere, deoarece presupunea să stai dezbrăcat în baraca neîncălzită de al cărei tavan atârnau ţurţuri. Eram însă mulţumiţi dacă nu se nimereau raiduri aeriene taman în timpul acestei operaţiunii şi nu trebuiau stinse luminile. Dacă nu reuşeam să ne îndeplinim activitatea asta în mod corespunzător, nu puteam dormi câte o jumătate din noapte.

Rarele plăceri ale vieţii de lagăr ne ofereau un soi de fericire negativă - „libertatea de a nu suferi" aşa cum o numeşte Schopenhauer -, dar şi asta doar într-un mod relativ. Adevăratele plăceri pozitive, chiar mici, erau foarte puţine. îmi amintesc că odată am făcut un soi de bilanţ al plăcerilor şi am găsit că în multele, multele săptămâni scurse trăisem doar două momente plăcute. Unul a fost când, la întoarcerea de la muncă, am fost primit la bucătărie după o lungă aşteptare şi am fost ales să lucrez alături de deţinutul-bucătar F. El stătea în spatele ceaunului uriaş şi punea supă în gamelele pe care i le întindeau deţinuţii, umplându-le la repezeală. Era singurul bucătar care nu căuta la faţa omului când îi umplea farfuria; singurul bucătar care împărţea supa în mod egal indiferent de cine era vorba şi care nu făcea favoruri prietenilor sau compatrioţilor lui alegând pentru ei cartofii, în vreme ce alţii ar fi primit zeama chioară luată de deasupra.

Dar nu sunt eu în măsură să-i judec pe deţinuţii care dădeau prioritate unora faţă de ceilalţi. Cine poate arunca cu piatra într-un om care ţine partea prietenilor în împrejurări în care era vorba, mai mult sau mai puţin, de o problemă de viaţă şi de moarte? Nimeni să nu judece mai înainte de a se fi întrebat, cu absolută onestitate, dacă într-o situaţie asemănătoare nu ar fi făcut la fel.

Multă vreme după ce mi-am reluat viaţa normală (adică la mult după eliberarea mea din lagăr), cineva mi-a arătat o revistă săptămânală cu fotografii înfăţişând deţinuţi zăcând înghesuiţi pe priciuri, holbându-se cu ochi pierduţi spre vizitator, „la uită-te la feţele astea înspăimântător de holbate - nu e groaznică toată chestia asta?"

„De ce?" l-am întrebat eu, pentru că realmente nu-l înţelegeam. Preţ de o clipă am revăzut tot tabloul: la cinci dimineaţa era încă întuneric beznă afară. Zăceam întins pe scândurile tari în baraca de pământ în care aproape 70 dintre noi erau „îngrijiţi". Eram bolnavi şi nu eram siliţi să părăsim lagărul pentru a merge la muncă; nu trebuia să ieşim nici la defilare. Puteam sta întinşi toată ziua în colţişorul nostru din baracă, moţăind si aşteptând împărţirea zilnică a pâinii (care bineînţeles că era mai puţină pentru bolnavi) şi servirea ciorbei (o zeamă lungă şi puţină). Totuşi, cât de mulţumiţi eram! - cât de fericiţi, în ciuda a toate. In timp ce ne ghemuiam unul în altul ca să împiedicăm orice pierdere inutilă de căldură, nevenindu-ne şi neavând vreun interes să mişcăm fără rost fie şi numai un deget, auzeam fluierăturile stridente şi urletele de pe platoul unde schimbul de noapte tocmai se întorsese, adunat fiind pentru apel. Uşa fu aruncată de perete şi zăpada viscolită năvăli în baraca noastră. Un camarad epuizat, acoperit de omăt, intră cu paşi nesiguri înăuntru ca să se odihnească doar câteva minute. Dar supraveghetorul-şef îl scoase afară. Era strict interzis să laşi un străin să se adăpostească în baracă în timp ce se făcea numărătoarea prizonierilor. Cât de rău îmi părea pentru el şi cât de bucuros eram că nu sunt în pielea lui în clipele acelea, ci că mai degrabă eram bolnav şi puteam moţăi în baraca bolnavilor! Cât de salutar era faptul de a putea petrece două zile acolo, ba chiar alte două zile în plus, pe lângă primele două!

Toate acestea mi-au revenit în gând când am văzut fotografiile din revista aceea. Abia când le-am explicat, ascultătorii mei au înţeles de ce nu găsisem că fotografia aceea era chiar aşa de groaznică: în cele din urmă, oamenii surprinşi pe film poate că nu erau chiar aşa de nenorociţi.

In cea de-a patra zi de când mă aflam în aripa bolnavilor tocmai fusesem pus în schimtiuf de noapte, când medicul-şef a intrat grăbit şi m-a întrebat dacă vreau să îndeplinesc voluntar anumite servicii medicale într-un alt lagăr în care erau bolnavi de tifos. împotriva sfaturilor disperate ale prietenilor mei (şi în ciuda faptului că aproape niciunul din colegii mei medici nu şi-a oferit serviciile) am hotărât să merg ca voluntar. Ştiam că dacă mai rămân într-un detaşament de lucru voi muri curând. Dar dacă tot era să mor în lagărul acela, cel puţin moartea mea urma să aibă un rost. M-am gândit că, fără îndoială, ar avea cu mult mai mult sens să încerc să-mi salvez tovarăşii, în calitate de doctor, decât să vegetez sau să-mi pierd în cele din urmă viaţa ca muncitor neproductiv, aşa cum eram la ora aceea.

Era simplă matematică pentru mine, nu un sacrificiu. Dar ofiţerul departamentului sanitar a ordonat pe ascuns „să se aibă grijă" de cei doi medici care s-au oferit voluntari pentru lagărul de tifos până când vor pleca într-acolo. Eram aşa de slăbiţi, încât se temea că o să mai aibă încă două cadavre în plus în

locul a doi medici.

Am menţionat mai devreme că tot ce nu avea legătură cu preocuparea imediată de a rămâne în viaţa, tu şi prietenii apropiaţi, îşi pierdea valoarea. Toate erau jertfite în vederea acestui scop. Caracterul omului era implicat până la punctul în care

învălmăşeala mentală în care era prins îi ameninţa toate valorile pe care le deţinuse şi le punea sub semnul îndoielii. Sub influenta unei lumi care nu mai recunoştea valoarea vieţii umane si demnitatea omului, care jefuise omul de propria-i voinţă, trans-formându-l într-un obiect sortit exterminării (totuşi, cu gândul premeditat de a-l folosi din plin mai întâi, până la ultimul strop al resurselor sale fizice) - sub această influenţă, eul său suferea în cele din urmă o pierdere a tuturor valorilor. Dacă în lagărul de concentrare omul nu lupta împotriva acestui lucru, într-un ultim efort de a-şi salva stima de sine, îşi pierdea sentimentul că este o individualitate, o fiinţă dotată cu raţiune, cu libertate interioară şi valoare personală. Ajungea să se conceapă doar ca parte a unei enorme mase de oameni; existenţa lui cobora la nivelul vieţii animale. Oamenii erau mânaţi - câteodată spre un loc, apoi spre altul; alteori erau mânaţi în grup, alteori separat - asemeni unei turme de oi, fără participarea raţiunii sau voinţei lor. O haită pe cât de mică, pe atât de periculoasă îi urmărea pretutindeni, foarte pricepută la metode de tortură şi sadism. Ei conduceau turma neîncetat, înainte şi înapoi, cu ţipete, şuturi şi lovituri. Iar noi, oile, ne gândeam doar la două lucruri - cum să ne ferim de câinii aceia răi si cum să facem rost de un pic de mâncare.

Ca şi oile care se îngrămădesc sfioase spre centrul turmei, fiecare dintre noi încerca să ajungă în mijlocul formaţiei. Asta îţi dădea o şansă mai bună de a evita loviturile gardienilor care mărşăluiau pe flancuri, din faţa până în spatele coloanei noastre. Poziţia centrală avea şi avantajul de a-ţi oferi protecţie împotriva vântului tăios. De aceea, în încercarea de a-ţi salva pielea, erai nevoit să te afunzi în mulţime. Asta se întâmpla de la sine, în formaţie. Dar alteori era şi un efort cât se poate de conştient din partea noastră - în acord cu una dintre cele mai imperative legi ale lagărului - autoconservarea: să nu baţi la ochi. Tot timpul încercam să evităm să atragem atenţia SS-iştilor.

Existau, bineînţeles, momente când era posibil, şi chiar necesar, să te ţii departe de mulţime. Este bine cunoscut faptul că într-o viaţă în comun silită, în care eşti tot timpul urmărit ce faci, poate apărea nevoia irezistibilă de a evada din mulţime, cel puţin pentru o scurtă bucată de vreme. Deţinutul tânjea să rămână singur cu sine însuşi şi cu gândurile sale. Jinduia după intimitate şi singurătate. După ce am fost dus într-un aşa-numit „lagăr de refacere" am avut norocul, de altfel rar, de a putea rămâne singur cam câte 5 minute o dată. In spatele barăcii de pământ unde lucram şi în care erau înghesuiţi aproape 50 de pacienţi atinşi de delir, se afla un locuşor liniştit la colţul gardului dublu de sârmă ghimpată care înconjura lagărul. Fusese improvizat acolo un cort din câţiva stâlpi şi crengi de copaci pentru a adăposti cam jumătate de duzină de cadavre (rata zilnică a decesului în lagăr). Mai exista şi un canal prin care se putea ajunge la ţevile de apă. Mă ghemuiam pe capacul de lemn al acestui canal ori de câte ori nu eram solicitat să fac ceva. Stăteam pur şi simplu şi priveam afară din lagăr la verdele coastelor înflorite şi la dealurile albastre din depărtare, din peisajul acela al Bavariei încadrat de reţelele de sârmă ghimpată. Cuprins de dor, visam şi gândurile mi se îndreptau undeva către nord, nord-est, în direcţia casei mele, dar nu puteam vedea decât nori.

Cadavrele din apropiere, pe care colcăiau păduchii, nu mă deranjau. Numai paşii gardienilor care mai treceau mă puteau smulge din visele mele; sau poate un apel venit de la infirmerie ori poate pentru a ridica proviziile de medicamente pentru baraca mea - şi care conţineau poate cinci sau zece tablete de aspirină, ce trebuiau să ajungă câteva zile pentru cincizeci de bolnavi. Le administram şi apoi îmi făceam vizitele, luam pulsul pacienţilor şi dădeam câte o jumătate de tabletă în cazurile grave. Bolnavii fără şanse nu primeau însă medicamente. Nu le-ar fi folosit la nimic şi, pe lângă asta, le-ar fi lipsit celor care încă mai aveau şanse de vindecare. Pentru cazurile uşoare,

nu-mi mai rămânea nimic, decât poate o vorbă de încurajare. Astfel mă târâm de la un pacient la altul, deşi eu însumi eram slăbit şi epuizat din cauza unui atac

sever de tifos. Mă întorceam apoi la locul meu singuratic, pe capacul de lemn al canalului de apă.

întâmplător, acest puţ a salvat odată vieţile a trei tovarăşi de lagăr. Cu puţină vreme înainte de eliberare, s-au organizat transporturi masive spre Dachau, şi aceşti trei deţinuţi au încercat, în mod înţelept, să evite călătoria. Au coborât în canal şi s-au ascuns acolo de paznici. Eu stăteam liniştit pe capac, părând nevinovat şi jucându-mă copilăreşte cu pietricele pe care le aruncam în sârma ghimpată. Când paznicul m-a văzut, a ezitat o clipă, dar apoi a trecut mai departe. Curând le-am putut spune celor trei oameni de dedesubt că pericolul cel mare trecuse.

Cuiva dinafară îi este foarte greu să priceapă cât de puţin preţ se punea în lagăr pe viaţa omului. Tovarăşii de lagăr se împietriseră, dar probabil că deveneau mai conştienţi de această desconsiderare a existenţei umane când se forma câte un convoi de bolnavi. Trupurile sleite ale bolnavilor erau aruncate în nişte furgoane pe două roţi, trase de alţi deţinuţi, kilometri la rând, adeseori prin viscol, până la următorul lagăr. Dacă unul dintre bolnavi murea înainte de plecare, era aruncat oriunde - lista cu bolnavi trebuia să fie corectă! Lista era singurul lucru care conta. Omul conta doar pentru că avea un număr în lagăr. Si devenea literalmente un număr: mort sau viu - asta nu avea nicio importanţă; viaţa unui „număr" era cu totul lipsită de importanţă. Iar ceea ce stătea în spatele acestui număr şi viaţa ca atare - soarta, povestea lui, numele acelui om - contau chiar şi mai puţin. într-un convoi de bolnavi, pe care eu, în calitate de doctor, a trebuit să-i însoţesc de la un lagăr al Bavariei în altul, era şi un tânăr deţinut al cărui frate nu se afla pe listă şi care, deci, urma să rămână în lagăr. Atât de mult l-a implorat tânărul pe gardian, încât acesta s-a decis să facă un schimb şi fratele tânărului a luat locul unui om care, la ora aceea, preferase să rămână pe loc. Dar lista trebuia să fie corectă! Şi treaba s-a făcut lesne. Fratele tânărului aceluia doar a făcut un schimb de numere cu celălalt prizonier.

Aşa cum am menţionat mai înainte, nu aveam niciun fel de acte; fiecare dintre noi era bucuros că mai are un trup care, la urma urmei, încă mai răsufla. Toate celelalte privitoare la noi înşine, de exemplu zdrenţele care spânzurau de scheletele noastre, numai piele şi os, prezentau un oarecare interes numai în măsura în care eram incluşi într-un convoi de bolnavi. „Musulmanii" erau examinaţi cu o neruşinată curiozitate, cu scopul de a vedea dacă nu cumva hainele sau încălţămintea lor nu erau mai bune decât ale tale. Pentru că, nu-i aşa, soarta lor era deja pecetluită. Cei care rămâneau în lagăr, fiind încă în stare să mai lucreze câte ceva, trebuiau să se folosească de orice mijloace pentru a-şi spori şansele de supravieţuire. Nu mai aveau niciun fel de sentimente. Deţinuţii se descopereau a fi întru totul dependenţi de toanele paznicilor - la mila sorţii -, şi asta-i determina să fie chiar mai subumani decât ar fi justificat-o împrejurările.

La Auschwitz, adoptasem pentru mine însumi o regulă care s-a dovedit bună şi pe care majoritatea camarazilor mei au şi urmat-o mai târziu. în general, răspundeam

cu sinceritate la toate soiurile de întrebări. Tăceam însă în legătură cu orice lucru despre care nu eram întrebat în mod direct. Dacă eram întrebat despre vârsta mea, o spuneam. Dacă mă întrebau despre profesia mea, spuneam „doctor", dar nimic mai mult. în prima dimineaţă la Auschwitz, un ofiţer SS a venit pe platoul de defilare. Trebuia să formăm grupe distincte de deţinuţi: grupe ale celor peste 40 de ani, altele pentru cei sub 40 de ani, altele formate din lăcătuşi, mecanici şi aşa mai departe. Apoi am fost examinaţi dacă avusesem vreo fractură si, astfel, câţiva deţinuţi au fost nevoiţi să formeze o nouă grupă. Grupa în care eram eu a fost condusă la o altă baracă, unde ne-am aliniat din

nou. După ce am fost încă o dată sortaţi şi după ce am răspuns la întrebările referitoare la vârstă şi profesie, am fost trimis într-un alt grup mai mic. Am fost apoi conduşi la o altă baracă şi regrupaţi altfel. Procesul a tot continuat, aşa că m-am simţit cam nefericit descoperindu-mă printre străini care vorbeau nişte limbi neînţelese. Apoi a urmat ultima selecţie, şi m-am trezit înapoi în grupa în care fusesem la prima baracă! Abia dacă băgară de seamă că fusesem trimis din baracă în baracă. Dar eu am înţeles că în acele câteva minute soarta trecuse pe lângă mine purtând nenumărate şi variate chipuri.

Când s-a format convoiul de bolnavi pentru „lagărul de refacere", numele meu (adică numărul meu) a fost trecut pe listă, fiindcă era nevoie de câţiva doctori. Dar nimeni nu era convins că destinaţia urma să fie, cu adevărat, lagărul de refacere. Acelaşi transport mai fusese pregătit şi cu câteva săptămâni înainte. Şi atunci crezuserăm cu toţii că destinaţia era crematoriul. Când s-a anunţat că cine se oferă voluntar pentru atât de temutul schimb de noapte o să fie tăiat de pe lista convoiului, optzeci şi doi de deţinuţi s-au oferit imediat ca voluntari. Un sfert de oră mai târziu, convoiul a fost anulat, dar cei optzeci şi doi au rămas pe lista pentru schimbul de noapte. Pentru majoritatea dintre ei asta a însemnat moartea în următoarele două săptămâni.

Acum se pregătea pentru a doua oară transportul pentru lagărul de refacere. Din nou, nimeni nu ştia dacă nu cumva era vorba de o şmecherie pentru a stoarce până şi ultimul strop de putere din bolnavi - chiar şi numai pentru 14 zile - sau dacă va fi vorba de un transport către crematoriu ori către un adevărat lagăr de refacere. Doctorul-şef, care ţinea la mine, mi-a spus pe ascuns, seara, la zece fără un sfert:

- Am dat de ştire la birou că mai poţi să-ţi ştergi numele de pe listă; poţi face asta până la ora zece.

I-am spus că nu era stilul meu; că am învăţat să las destinul să-şi urmeze cursul.[10]

-Aş putea la fel de bine să rămân cu prietenii mei, i-am zis.

Mi-a aruncat o privire plină de milă, ca şi cum ar fi ştiut că... Mi-a strâns mâna tăcut, ca şi cum ar fi fost un rămas bun, dar nu unul înspre viaţă, ci unul de la viaţă. M-am întors agale în baraca mea. Acolo mă aştepta bunul meu prieten.

- Chiar vrei să mergi cu ei?, m-a întrebat el trist.

- Da, am să merg.

l-au daj. lacrimile, aşa că am încercat să-l liniştesc. Apoi am mai avut ceva de făcut - testamentul:

- Ascultă Otto, dacă nu mă întorc înapoi acasă la soţia mea şi dacă ai să o revezi vreodată, atunci spune-i că vorbeam despre ea în fiecare zi, ceas de ceas. Să ţii minte asta. în al doilea rând, că am iubit-o mai mult decât pe oricine altcineva, în al treilea rând, că scurtul răstimp al căsniciei noastre a întrecut orice altceva, chiar şi toate câte le-am îndurat aici. _^

Otto, unde eşti tu în clipele astea? Mai eşti oare în viaţă? Ce s-a întâmplat cu tine de când am fost ultima oară împreună? Ai mai găsit-o pe soţia ta? Şi-ţi mai aminteşti cum te-am făcut

[10] Fără a cunoaşte întregul background spiritual al lui Frankl, cititorul ar putea fi mirat de această afirmaţie, aparent contrazicând tocmai concepţia sa logoterapeutică, fundamentată pe libertatea şi responsabilitatea omului, respectiv pe capacitatea acestuia de a lua atitudine, de a se opune deschis suferinţei şi de a lupta cu fatalitatea. Relatarea lui confirmă în continuare că, atunci când a refuzat oferta ofiţerului SS, a fost vorba de o călăuzire divină şi de o alegere înţeleaptă, nicidecum de o „lăsare în voia soartei". Dimpotrivă, Frankl „îşi făcuse calculul la rece": urma să dea un sens morţii sale, slujind ca medic în „lagărul de refacere". Or această decizie, luată pe linia poruncilor divine („să iubeşti pe aproapele tău ca pe tine însuţi", Levitic 19, 18), cu care el preferă să rămână consecvent, a fost calea prin care Dumnezeul în care credea l-a şi izbăvit, (n.trad.)

să-mi înveţi testamentul pe de rost - cuvânt cu cuvânt - în timp ce tu plângeai ca un copil?

Ziua următoare am plecat cu convoiul. De data aceasta nu era un şiretlic. Nu ne îndreptam spre camerele de gazare; chiar mergeam spre un lagăr de refacere. Cei care mă compătimiseră rămăseseră într-un lagăr în care foametea avea să se dezlănţuie cu mai multă sălbăticie decât în noul nostru lagăr, încercaseră să se salveze, dar nu făcuseră decât să-şi pecetluiască soarta. Câteva luni mai târziu, după liberare, m-am întâlnit cu un prieten din fostul lagăr. Mi-a povestit cum el, în calitatea sa de gardian în lagăr, avusese de investigat în legătură cu o bucată de carne de om care lipsea dintr-un maldăr de cadavre. O confiscase dintr-o oală în care o găsise pusă la gătit. Se dez-lănţuise canibalismul. Plecasem tocmai la timp.

Nu ne aminteşte asta oare de povestea *Moarte la Teheran?* Un persan bogat şi puternic se plimba odată prin grădină cu unul dintre slujitori. Acesta i se plânse că

tocmai se întâlnise cu Moartea, care îl ameninţase. îl imploră pe stăpânul lui să-i dea cel mai iute cal, aşa încât să se poată grăbi şi să dea o fugă până la Teheran, unde putea ajunge în aceeaşi seară. Stăpânul a fost de acord, iar servitorul a plecat în galop pe cal. La întoarcerea sa acasă, stăpânul însuşi se întâlni cu Moartea şi o întrebă: „De ce l-ai îngrozit şi l-ai ameninţat pe slujitorul meu?" „Nu l-am ameninţat; eu doar am fost surprinsă că l-am găsit stând încă aici, când de fapt planificasem să-l întâlnesc deseară în Teheran", a spus Moartea.

Tovarăşii mei de lagăr se temeau să ia decizii sau să aibă orice fel de iniţiativă. Acesta era rezultatul unui sentiment puternic că destinul era stăpânul nostru şi că nu trebuie să încerci cumva să-l influenţezi în vreun fel, ci, dimpotrivă, să îl laşi să-şi urmeze propriul curs. în plus, apatia profundă avea, într-o măsură deloc neglijabilă, contribuţia ei în ceea ce priveşte sentimentele prizonierilor. Uneori trebuiau luate decizii fulgerătoare, de viaţă şi de moarte. Prizonierul prefera să lase soarta să aleagă în locul său. Această fugă de implicare devenea mai evidentă când deţinutul trebuia să ia o decizie în favoarea sau împotriva încercării de a evada. în clipele acelea în care trebuia să se hotărască - şi întotdeauna era o chestiune de câteva minute - , el trecea prin chinurile iadului. Să încerce să fugă? Să-şi asume riscul?

Am trăit eu însumi chinul acesta. Când s-a apropiat de noi frontul, am avut ocazia să evadez. Un coleg de-al meu care trebuia, din pricina îndatoririlor sale de medic, să meargă pentru consultaţii la adăposturile dinafară lagărului, a vrut să evadeze şi să mă ia cu el. Pe motiv că trebuia să consulte un pacient a cărui stare necesita opinia unui specialist, m-a scos pe furiş afară din lagăr. Afară, un membru al mişcării străine de rezistenţă urma să ne dea uniforme şi acte. în ultima clipă au intervenit nişte dificultăţi tehnice, aşa că a trebuit să ne întoarcem din nou în lagăr. Ne-am folosit de această ocazie ca să facem rost de provizii - câţiva cartofi stricaţi - şi să căutăm un rucsac.

Am pătruns într-o baracă goală din lagărul femeilor care fusese evacuat, femeile fiind mutate în alt lagăr. Adăpostul se afla într-o dezordine de nedescris; era clar faptul că multe femei căpătaseră provizii şi fugiseră. Peste tot erau împrăştiate zdrenţe, paie, mâncare stricată, veselă spartă. Câteva vase erau încă în stare bună şi ne-ar fi fost de mare preţ, dar am hotărât să nu le luăm. Ştiam că, în cele din urmă, când condiţiile se înăspriseră, fuseseră folosite nu doar pentru mâncare, ci şi ca lighene şi oliţe de noapte. (în lagăr se impusese cu stricteţe o regulă împotriva deţinerii oricăror ustensile în baracă. Totuşi, câţiva oameni au fost nevoiţi să încalce regula, mai ales bolnavii de tifos, care erau prea slăbiţi ca să meargă la toaletă, chiar şi ajutaţi). în timp ce eu stăteam de şase, prietenul meu a pătruns în baracă şi s-a întors curând cu un rucsac pe care l-a ascuns sub haină. Mai văzuse încă unul mai mic înăuntru, pe care urma

să-l iau eu. Am făcut schimb de locuri şi am intrat înăuntru. Pe când căutam printre gunoaie, dând peste rucsacul cu pricina şi chiar peste o periuţă de dinţi, am zărit deodată, printre lucrurile abandonate, şi trupul unei femei.

Am fugit înapoi la baraca mea ca să-mi adun averea: castronul pentru mâncat, o pereche de mănuşi cu un deget, rupte, „moştenire" de la un bolnav care murise de tifos, şi câteva bucăţi de hârtie acoperite de notiţe scrise de mână (petice de hârtie pe care, aşa cum am menţionat mai înainte, începusem să reconstruiesc manuscrisul ce-mi fusese confiscat la Auschwitz). Am făcut o vizită rapidă pacienţilor mei care zăceau grămadă pe nişte scânduri putrezite, de ambele părţi ale adăpostului. Am trecut şi pe la singurul meu compatriot, care trăgea să moară şi a cărui viaţă voisem să o salvez cu orice preţ. M-am străduit să-i ascund intenţia mea de a evada, dar compatriotul meu a părut să ghicească faptul că ceva nu era în regulă (probabil că eram un pic cam agitat). Cu glas stins, m-a întrebat: „Şi tu pleci?" Am negat, fiindu-mi însă greu să-i evit privirea plină de tristeţe. După ce mi-am terminat vizita, m-am întors la el. M-a întâmpinat cu o privire disperată şi am resimţit-o întrucâtva ca o acuzaţie. Sentimentul neplăcut care mă cotropise de îndată ce îi spusesem prietenului meu că voi evada cu el s-a intensificat brusc. Brusc, am decis să-mi iau soarta în mâini, măcar o dată. Am dat fuga afară şi i-am spus prietenului meu că nu mai puteam să plec cu el. De îndată ce i-am spus că decise-sem definitiv să rămân alături de pacienţii mei, sentimentul acela de nefericire m-a părăsit. Nu ştiam ce-mi va aduce ziua de mâine, dar câştigasem o pace lăuntrică pe care nu o mai trăisem niciodată înainte. M-am întors în baracă, m-am aşezat pe scânduri la picioarele compatriotului meu şi am încercat să-l consolez; apoi am stat de vorbă cu ceilalţi, încercând să-i liniştesc în delirul lor.

Sosi şi ultima noastră zi în lagăr. Pe măsură ce frontul se tot apropia, convoaie uriaşe de deţinuţi i-au dus pe aproape toţi aceştia către alte lagăre. Autorităţile lagărului, *Capii* şi bucătarii fugiseră. în aceeaşi zi s-a dat ordinul ca lagărul să fie evacuat complet până la asfinţit. Chiar şi puţinii deţinuţi rămaşi (bolnavii, câţiva medici şi câteva „asistente") trebuiau să plece. Noaptea, urma să i se dea foc lagărului. După-masa, camioanele care trebuiau să-i strângă pe bolnavi nu apăruseră încă. în schimb, porţile lagărului au fost deodată închise, iar gardurile de sârmă ghimpată, supravegheate îndeaproape, aşa încât nimeni să nu poată încerca să evadeze. Părea că deţinuţii rămaşi vor fi lăsaţi pradă focului, împreună cu lagărul. Prietenul meu şi cu mine am decis încă o dată saievadăm.

Ni se dăduse ordinul de a îngropa trei oameni dincolo de gardul de sârmă ghimpată. Din tot lagărul, numai noi doi mai eram în stare să facem treaba respectivă. Aproape toţi ceilalţi zăceau întinşi în cele câteva barăci care mai erau încă în uz, storşi de febră şi delir. Ne-am făcut un plan: laolaltă cu primul cadavru, urma să scoatem pe furiş şi rucsacul prietenului meu, ascunzându-l în vechiul coş de rufe de spălat care urma să fie folosit ca sicriu. Când vom duce afară al doilea trup, urma să scoatem şi rucsacul meu, iar a treia oară intenţionam să evadăm. Primele două ieşiri s-au derulat

conform planului. Când ne-am întors, eu am aşteptat cât timp prietenul meu încerca să găsească o bucată de pâine, ca să avem ceva de mâncare în zilele următoare, în pădure. Aşteptam. Minutele treceau. Deveneam tot mai nerăbdător, căci el nu apărea. După trei ani de prizonierat mă gândeam cu bucurie la eliberare, imaginându-mi cât de frumoasă va fi fuga către linia frontului. Dar nu ne-a fost dat să ajungem atât de departe.

în momentul în care prietenul meu s-a înapoiat, poarta lagărului a fost dată în lături. O splendidă maşină de culoare argintie, pe care erau inscripţionate nişte cruci roşii mari, a înaintat încet pe platoul de defilare. Sosise un delegat al Crucii Roşii Internaţionale din Geneva, iar lagărul şi locuitorii săi

se aflau de acum sub protecţia lui. Delegatul s-a instalat într-o casă ţărănească din vecinătate, pentru a fi aproape în caz de urgenţă. Cine se mai gândea acum să evadeze? Din maşină au fost descărcate cutii cu medicamente, ne-au fost împărţite ţigări, am fost fotografiaţi, aşa că am fost copleşiţi de bucurie. Acum nu mai era nevoie să riscăm să fugim spre linia frontului.

In exaltarea noastră, uitasem de cel de-al treilea cadavru, aşa că l-am cărat afară şi l-am aruncat în groapa strâmtă pe care o săpasem pentru toate cele trei trupuri. Paznicul care ne însoţise - un om relativ inofensiv - a devenit deodată foarte politicos. înţelesese că se întorsese foaia şi încerca să ne câştige bunăvoinţa. Ni s-a alăturat în scurta rugăciune pe care am făcut-o pentru cei morţi, înainte de a arunca pământul peste ei. După toată tensiunea şi tulburarea sufletească din ultimele zile şi ceasuri, după aceste zile în care ne luaserăm la întrecere cu moartea, cuvintele rugăciunii noastre pentru odihna celor morţi au fost mai înflăcărate decât le va fi rostit vreodată glasul vreunui om.

Şi astfel, ultima zi de lagăr am petrecut-o anticipându-ne libertatea. Dar ne bucuraserăm prea repede. Delegatul Crucii Roşii ne asigurase că se semnase o înţelegere şi, ca atare, lagărul nu mai trebuia să fie evacuat. Dar în aceeaşi noapte SS-iştii au sosit cu camioane şi cu ordinul de evacuare a lagărului. Ultimii deţinuţi rămaşi urmau să fie duşi într-un lagăr central, de unde trebuiau să fie trimişi în Elveţia în patruzeci şi opt de ore - pentru a fi daţi la schimb pe nişte prizonieri de război. Cu greu i-am mai recunoscut pe SS-işti. Erau atât de prietenoşi în încercarea lor de a ne convinge să urcăm fără teamă în camioane, spunându-ne că ar trebui să fim recunoscători pentru norocul nostru. Cei care mai aveau suficientă putere s-au înghesuit într-un camion, în vreme ce unii grav bolnavi şi cei sleiţi de puteri cu greu au putut fi urcaţi. Prietenul meu şi cu mine - acum nu ne mai ascundeam rucsacurile - am rămas cu ultimul grup, din care treisprezece oameni urmau să fie aleşi pentru următorul camion, cel din urmă. Doctorul i--a numărat pe cei treisprezece, aşa cum era stabilit, dar pe noi doi ne-a omis. Cei treisprezece au urcat în camion, iar noi am rămas jos. Surprinşi, foarte supăraţi şi dezamăgiţi, i-am reproşat medicului-şef faptul,

dar acesta s-a scuzat spunându-ne că fusese obosit şi distrat. Ne-a spus că el crezuse că încă mai doream să evadăm. Ne-am aşezat jos, nerăbdători, cu rucsacurile în spate, aşteptând ultimul camion, dimpreună cu puţinii deţinuţi ce mai rămăseseră. A trebuit să aşteptăm destulă vreme. In final, ne-am întins pe saltelele din camera de gardă, acurrt pustie, obosiţi de încordarea din ultimele ore şi zile, când oscilaserăm continuu între speranţă şi disperare. Am dormit îmbrăcaţi şi încălţaţi, gata de plecare.

Ne-am trezit în zgomot de carabine şi pistoale; lumina trasoarelor şi a focurilor de la gura armelor a umplut baraca. Doctorul-şef s-a repezit înăuntru şi ne-a ordonat să ne adăpostim la podea. Un deţinut dintr-un pat de deasupra a sărit cu picioarele încălţate direct în stomacul meu. Asta chiar că m-a trezit de-a binelea! Apoi am realizat ce se întâmplase de fapt: linia frontului ajunsese până la noi! împuşcăturile au scăzut şi au mijit zorile. Afară, la poarta lagărului, pe o prăjină, flutura steagul alb.

Multe săptămâni mai târziu am aflat că până şi în acele ultime ceasuri soarta se juca cu noi, o mână de deţinuţi rămaşi în lagăr. Am descoperit cât de nesigure sunt deciziile oamenilor, mai ales în chestiuni de viată si de moarte. Mi-au fost arătate nişte fotografii făcute într-un mic lagăr, nu departe de al nostru. Prietenii noştri, care în noaptea aceea crezuseră că se îndreptau spre libertate, fuseseră duşi, de fapt, în camioane, în lagărul acela, apoi închişi în barăci şi arşi de vii. Trupurile lor, parţial carbonizate, puteau fiîncă recunoscute în poză. Din nou m-am dus cu gândul la *Moarte la Teheran.*

Pe lângă rolul ei de mecanism defensiv, apatia deţinuţilor era şi rezultatul altor câtorva factori. Foamea şi lipsa de somn contribuiau la această apatie (aşa cum o fac şi în viaţa normală, de altfel), dar şi la starea de iritabilitate generală, care era o altă trăsătură a stării sufleteşti a prizonierilor. Lipsa de somn se datora în parte tulburărilor produse de viermii care infestaseră barăcile supraaglomerate, din cauza lipsei generale de igienă şi a canalizării. Faptul că n-aveam acces nici la cofeină, nici la nicotină contribuia în egală măsură la starea de apatie şi iritabilitate.

Pe lângă aceste cauze de ordin fizic, existau şi altele de ordin sufletesc, sub forma anumitor complexe. Majoritatea deţinuţilor sufereau de un soi de complex de inferioritate. Cândva toţi fuseserăm sau ne închipuiserăm că eram „cineva". Acum, eram trataţi ca nişte nonentităţi absolute. (Conştiinţa propriei valori se ancorează în lucrurile mai înalte, spirituale, şi ea nu putea fi tulburată de viaţa din lagăr. Dar câţi oameni liberi o au, ca să nu mai vorbim despre deţinuţi?) Fără să cugete în mod conştient la aceasta, deţinutul de rând se simţea peste măsură de înjosit. Faptul devenea evident dacă observăm contrastele pe care ni le oferă structura sociologică unică a lagărului. In general, deţinuţii cei mai „importanţi", Cop/7, bucătarii, magazionerii şi gardienii lagărului nu se simţeau înjosiţi, asa cum se simţeau majoritatea prizonierilor, ci, dimpotrivă-înălţaţi! La unii dintre ei chiar se dezvoltau grandomanii, în miniatură. Reacţia sufletească a majorităţii deţinuţilor care îi invidiau

şi bombăneau împotriva acestei minorităţi favorizate se exprima în mai multe feluri, uneori prin glume. De exemplu, am auzit odată pe un prizonier vorbind cu un altul despre un *Capo,* zicând: „laînchipuieşte-ţi! Il cunosc pe omul ăla de pe vremea când era preşedintele unei bănci mari. Nu-i oare norocul lui că acum a ajuns atât de sus în societate?"

Ori de câte ori majoritatea celor înjosiţi şi minoritatea celor favorizaţi ajungeau în conflict (şi existau o mulţime de astfel de prilejuri, începând cu împărţirea hranei), urmările erau explozive. De aceea, iritabilitatea generală (ale cărei cauze fizice le-am discutat mai sus) devenea şi mai intensă când se adăugau respectivele tensiuni psihice. De aceea, nu era surprinzător faptul că tensiunile sfârşeau adesea într-o încăierare generală. Datorită faptului că prizonierul era tot timpul martor la bătăi, tendinţa către violenţă era ridicată. Eu însumi am simţit cum mi se încleştau pumnii când mă apuca mânia, fiind flămând şi obosit. De regulă eram foarte obosit, deoarece trebuia să băgăm pe foc şi în timpul nopţii - ni se permisese să avem o sobiţăîn baracă, pentru bolnav^ de tifos. Totuşi, unele dintre cele mai idilice ceasuri pe care mi-a fost dat să le trăiesc au fost cele din toiul nopţii, când toţi ceilalţi delirau sau dormeau. Zăceam întins în faţa sobei şi coceam câţiva cartofi şutiţi, în jăraticul făcut din cărbunii furaţi. A doua zi însă mă simţeam mai obosit, mai insensibil sufleteşte şi mai iritabil.

Pe vremea când lucram ca doctor într-un bloc de bolnavi de tifos a trebuit să ţin locul supraveghetorulu-şef al aripii respective, care era bolnav. Ca atare, răspundeam în faţa autorităţilor lagărului de curăţenia barăcii - dacă se poate folosi cuvântul „curat" pentru a descrie o asemenea stare de lucruri. Pretextul pentru inspecţia la care era supusă adeseori baraca era mai mult cu scopul de a ne tortura decât de a verifica igiena. Ne-ar fi fost de folos ceva mai multă mâncare şi nişte medicamente, dar singura grijă a inspectorilor era să vadă dacă nu cumva a rămas vreun fir de pai pe coridorul din mijloc sau dacă păturile soioase, zdrenţăroase şi viermănoase erau bine întinse la picioarele bolnavilor. Soarta deţinuţilor nu-i prea interesa. Dacă raportam prompt, atingând boneta care-mi acoperea capul tuns şi pocnind din călcâie - „Baraca VI/9: 52 de bolnavi, doi infirmieri şi un doctor" - erau satisfăcuţi. Şi plecau. Dar până când apăreau - şi adeseori o făceau cu întârziere de mai multe ore, faţă de ora anunţată, iar uneori nici măcar

nu veneau - eram obligat să tot întind păturile, să înlătur orice urmă de pai care cădea din paturi şi să ţip la sărmanii aceia afurisiţi care se zvârcoleau în pat şi ameninţau să îmi zădărnicească toată strădania de a face ordine şi curăţenie. Apatia era mai mare în special în rândul bolnavilor febrili, astfel că nu reacţionau deloc până ce nu ţipam la ei. Uneori, nici măcar asta nu ajuta, aşa că aveam nevoie de extrem de multă răbdare ca să nu-i pocnesc. Iritarea atingea cote uriaşe în faţa apatiei lor şi mai

ales în faţa pericolului în care mă punea asta (din perspectiva inspecţiei ce se apropia).

încercând această prezentare psihologică şi explicare psihopatologică a trăsăturilor tipice ale tovarăşilor mei din lagărul de concentrare, poate că am lăsat impresia că fiinţa umană este influenţată complet şi inevitabil de condiţiile de mediu (în acest caz, mediul fiind acea structură unică a vieţii de lagăr, care silea deţinutul să se conformeze unui anumit tipar comportamental). Dar cum rămâne cu libertatea umană? Nu există niciun pic de libertate spirituală în ceea ce priveşte comportamentul şi reacţiile omului în condiţii de mediu date? Este adevărată teoria aceea care ar vrea să ne facă să credem că omul nu e decât produsul unor factori condiţionaţi şi al unor factori de mediu - fie ei biologici, psihologici sau sociologici? Este omul doar un produs accidental al acestor factori? Şi, chiar mai important, dovedesc oare reacţiile deţinuţilor faţă de singura lor lume, cea a lagărului de concentrare, că omul nu poate scăpa de influenţele mediului în care vieţuieşte? Omul chiar nu poate face nimic în astfel de împrejurări?

Putem răspunde la aceste întrebări atât pe baza experie-ţei, cât şi în principiu. Experienţa vieţii de lagăr ne arată că omul are şansa de a face ceva. Au fost suficient de multe exemple, unele chiar de eroism, care au dovedit că indiferenţa poate fi depăşită şi iritabilitatea poate fi suprimată. Omul *poate* păstra o rămăşiţă de libertate spirituală, de independenţă în gândire chiar şi în astfel de condiţii groaznice de stres psihic şi fizic.

Noi, cei care am trăit în lagărele de concentrare, ne amintim de aceia care treceau din baracă în baracă, mângâindu-i pe ceilalţi, dăruindu-le ultima lor îmbucătură de pâine. Vor fi fost puţini la număr, dar ei ne dau îndeajuns de multe dovezi că omului i se poate lua totul, mai puţin un lucru: ultima dintre libertăţile umane - respectiv aceea de a-şi alege propria atitudine într-un anumit set de împrejurări date, de a-şi alege proy priul mod de a fi.

Si întotdeauna trebuiau făcute alegeri. Fiecare zi, fiecare ceas ne ofereau şansa de a lua o decizie, o decizie care determina dacă te supuneai sau nu acelor puteri ce ameninţau să te jefuiască de propriu-ţi sine, de libertatea ta lăuntrică; care determinau dacă deveneai o jucărie la dispoziţia împrejurărilor, renunţând la libertate şi demnitate, fiind modelat după chipul] si asemănarea deţinutului tipic.

Privite din acest punct de vedere, reacţiile sufleteşti ale tovarăşilor de lagăr trebuie să ne apară ca fiind mai mult decât o simplă expresie a anumitor condiţii fizice şi sociologice. Chiar dacă unele condiţii, precum lipsa de somn, hrana insuficientă şi alte poveri sufleteşti, pot să ne sugereze că deţinuţii erau constrânşi să reacţioneze într-un anumit fel, la o ultimă analiză ne devine limpede că genul de persoană care ajungea să devină deţinutul era rezultatul unei decizii lăuntrice, nu doar rezultatul influenţelor lagărului asupra sa. De aceea, în mod fundamental, orice om, ehiarsj atunci când se găseşte în astfel de împrejurări, decide ce urmeazăsă devină -

sufleteşteşTipiritual. ETîşi poate păstra demnitatea umană chiar şi într-un lagăr de concentrare. Dostoievski spunea cândva: „Există un singur lucru de care mă tem: să nu fiu vrednic de suferinţa mea." Cuvintele acestea mi-au venit deseori în minte după ce i-am întâlnit pe martirii aceia, al căror comportament în lagăr, a căror suferinţă şi moarte au dat mărturie despre faptul că ultima noastră libertate, cea lăuntrică, nu se poate pierde. Despre ei se poate spune că

au fost vrednici de suferinţele lor; modul în care le-au îndurat a fost o veritabilă realizare lăuntrică. Tocmai această libertate spirituală - care nu ne poate fi luată - este aceea care dă sens şi rost vieţii noastre.

O viaţă activă este menită să îi dea omului şansa de a crea valori muncind în mod creativ, în timp ce o viaţă pasjyă, care să îi aducă bucurie, îi oferă şansa de a se simţi împlinitlcontem-plând frumosul, bucurându-se de artă sau de natură^Dar există un scop chiar şi în genul acela de viaţă[11] care, fiind lipsită atât de munca creatoare, cât şi de bucuria contemplării, nu îi lasă omului decât o singură posibilitate pentru un înalt comportament mOral, respectiv prin atitudinea pe care acesta o are faţă de propria-i existenţă, faţă de existenţa ce-i este restricţionată de forţe externe. Lui[lz] Ti este interzisă atât viaţa creativă, cât şi cea de desfătare. Dar nu numai creativitatea şi plăcerea au sens. Dacă e ca viaţa să aibă un rost, atunci trebuie să existe deopotrivă un sens şi în suferinţă. Suferinţa face parte din viaţă şi este de nedezrădăcinat din ea, precum soarta şi moartea. Fără suferinţă şi moarte, viaţa omului nu este întreagă.

[11] Adică în suferinţă. în tezele sale logoterapeutice, Frankl arată limpede că sunt trei căi prin care omul poate găsi un sens în viată. Prima din aceste căi se referă la muncă, la ceea ce el numeşte „viată activă", prin intermediul căreia omul „creează valori" sau „săvârşeşte o faptă anume". Cea de a doua cale este mai mult una contemplativă, „pasivă", în care omul nu creează, ci primeşte în dar ceva de care se poate bucura-frumosul, binele, adevărul din natură sau din cultură, ori dragostea unei alte persoane. Ultima cale prin care omul poate găsi sensul în viaţă este suferinţa. în acest din urmă caz, sensul poate fi tocmai de a îndura cu demnitate şi curaj suferinţa care îi este impusă şi pe care nu o poate înlătura, (n.trad.)

[12] Adică omului aflat în suferinţă, fie că ea este una impusă din afară, de condiţiile exterioare sau de societate, fie că este una care ţine de starea sa de sănătate fizică sau sufletească, (n.trad.)

Modul în care omul îşi acceptă soarta şi toată suferinţa pe care aceasta i-o cauzează, modul în care îşi duce crucea îi oferă oportunităţi ample - chiar şi în cele mai teribile împrejurări -să adauge un sens şi mai profund vieţii sale. El poate rămâne curajos, demn, altruist. Sau, în lupta aspră pentru supravieţuire, poate uita de demnitatea sa umană, ajungând nimic mai mult decât un animal. Aici zace şansa omului fie de a folosi, fie de a renunţa la ocaziile de a atinge valorile morale pe care o

situaţie dificilă i le prilejuieşte. Şi tocmai acest fapt hotărăşte dacă el este sau nu vrednic de suferinţele sale.

Să nu credeţi că aceste conşrderaţii sunt rupte de viaţa reală şi prea îndepărtate de eav€ste adevărat că puţini la număr sunt oamenii capabili să atingă astfel de standarde morale. Numai puţini deţinuţi şi-au păstrat întreagă libertatea lor interioară şi au ajuns la valorile morale generate de suferinţa lor, dar chiar şi numai un singur astfel de exemplu constituie o dovadă suficientă că tăria interioară a omului îl poate totuşi ridica deasupra destinului său exterior. Astfel de oameni sunt de găsit nu doar în lagărele de concentrare. Peste tot, omul se confruntă cu soarta, cu şansa de a realiza ceva prin propria-i suferinţă.

Să luăm de pildă soarta bolnavilor - mai ales a celor incurabili. Am citit odată scrisoarea unui tânăr invalid, în care acesta îi spunea prietenului său că tocmai aflase că nu mai are mult de trăit şi că nici măcar operaţia nu-l mai putea ajuta. Scria mai apoi că îşi amintea de un film pe care îl văzuse şi care contura portretul unui om care îşi aştepta moartea cu demnitate şi curaj. La vremea aceea, băiatul se gândise că e o mare realizare să îţi întâmpini moartea în acest mod. Acum - scria el - , destinul îi oferea o şansă asemănătoare.

Aceia dintre noi care am văzut cu mulţi ani în urmă filmul *învierea* - inspirat de cartea lui Tolstoi - poate că am emis acelaşi gen de reflecţii. în el este vorba despre oameni mari

şi despre destinul lor măreţ. La vremea când vom fi văzut filmul, soarta noastră nu era deloc măreaţă, iar noi nu aveam posibilitatea de a ajunge la o astfel de măreţie. După film ne vom fi dus la cafeneaua din apropiere şi, după o ceaşcă de cafea şi un sendviş, vom fi dat uitării toate acele ciudate gânduri metafizice care, pentru o clipă, ne trecuseră prin minte. Dar când noi înşine am ajuns să fim confruntaţi cu un destin de asemenea calibru şi am fost puşi în faţa deciziei de a-l întâmpina cu o astfel de măreţie spirituală, am dat greş, întrucât de mult dădusem uitării hotărârile din vremea tinereţii noastre.

Poate că va fi venit ziua când am revăzut filmul sau când, poate, am văzut unul asemănător. Dar se prea^oate ca pe dinaintea ochiului nostru lăuntric să se fi desfăşurat simultan alte imagini; imagini ale oamenilor care vor fi realizat mai mult în viaţa lor decât ar putea să ne prezinte un film sentimental. Ne vor fi revenit atunci în minte anumite amănunte despre măreţia lăuntrică a cutărui om, asemenea poveştii tinerei femei la a cărei moarte am fost martor în lagărul de concentrare. E o istorisire simplă. Nu e mult de povestit şi ar putea părea că aş fi inventat-o eu; totuşi, mie îmi pare a fi un poem.

Această tânără ştia că avea să moară în următoarele zile. Dar stând de vorbă cu ea, în ciuda acestui fapt, era bucuroasă. „Sunt mulţumită că soarta m-a lovit atât de tare", mi-a spus. „In viaţa mea de mai înainte eram o răsfăţată şi nu îmi prea păsa de

realizările spirituale." Arătând dincolo de fereastra barăcii, mi-a spus: „Copacul ăsta e singurul prieten care mi-a rămas alături în singurătatea mea." Prin fereastră putea vedea doar o ramură a castanului şi, pe ea, două flori. „Adeseori stau de vorbă cu el", mi-a spus ea. Am tresărit, căci nu ştiam cum să iau vorbele ei. Delira oare? Avea halucinaţii? Nerăbdător, am întrebat-o dacă copacul îi răspundea. „Da." Ce-i spunea oare? Şi ea mi-a răspuns: „îmi spune aşa: «Sunt aici - sunt aici - eu sunt viaţa, viaţa veşnică»."

Am declarat că, în ultimă instanţă, răspunzătoare pentru starea sinelui lăuntric al deţinutului nu erau atât de mult cauzele psihofizice pe care le-am enumerat, cât rezultatul liberei sale decizii. Observaţiile psihologice efectuate asupra deţinuţilor au arătat că numai aceia care au permis să le slăbească consecventa faţă de şinele lor moral şi spiritual au căzut în cele din urmă pradă influenţelor degenerative din lagăr. întrebarea care se ridică acum este ce ar fi putut sau ar fi trebuit să constituie această „consecvenţă lăuntrică"?

Foştii deţinuţi, când îşi scriu sau îşi relatează experienţele, sunt de acord că cea mai deprimantă dintre toate stările de lucruri era aceea că deţinutul nu ştia cât de lungă îi va fi detenţia. Nu avea niciun indiciu privind data liberării (în lagărul nostru nici n-avea rost să discutăm despre aşa ceva). De fapt, durata perioadei de detenţie nu era doar neclară, ci şi nelimitată. Un bine-cunoscut psiholog cercetător atrăgea atenţia asupra faptului că viaţa în lagăr ar putea fi numită o „existenţă provizorie". Am putea-o completa definind-o ca „existenţă provizorie cu durată nedeterminată".

De obicei, nou-sosiţii nu cunoşteau nimic despre condiţiile din lagăr. Cei care veneau din alte lagăre erau obligaţi să tacă, iar din anumite lagăre nu se mai întorcea nimeni. La intrarea în lagăr se producea o schimbare în mintea oamenilor. Odată cu sfârşitul nesiguranţei începea nesiguranţa sfârşitului. Era imposibil să prevezi când şi dacă forma aceasta de existenţă va avea un capăt.

Cuvântul latin *finis* are douăînţelesuri: „sfârşit" sau „capăt", dar si „scop de atins". Omul care nu putea întrezări sfârşitul „existenţei sale provizorii" nu era în stare să ţintească spre un scop ultim în viaţă. Spre deosebire de omul obişnuit, el înceta să mai trăiască pentru viitor. Ca atare, întreaga structură a vieţii sale interioare se schimba; se instalau semnele decăderii - aşa cum le ştim şi din alte domenii ale vieţii. Şomerul, de pildă,

se află într-o situaţie asemănătoare. Existenţa lui devine provizorie şi, într-un anume sens, el nu poate trăi pentru viitor si nu poate ţinti spre un scop. Cercetările făcute cu privire la minerii şomeri arată că ei suferă de un soi specific de deformare a timpului - a timpului interior -, care este rezultatul şomajului. Tot astfel, deţinuţii sufereau de această ciudată „percepere a timpului". în lagăr, o unitate mică de timp - o zi, de pildă, înţesată de tortură şi oboseală, părea că nu se mai sfârşeşte. O unitate mai mare de timp însă, precum săptămâna, părea să treacă foarte repede. Tovarăşii

mei erau de acord când spuneam că în lagăr ziua dura mai mult decât săptămâna. Cât de paradoxală putea fie perceperea timpului! în legătură cu acest fapt ne putem aminti de *Muntele vrăjit* al lui Thomas Mann, care conţine câteva remarci psihologice punctate foarte bine. Mann cercetează dezvoltarea spirituală a unor oameni care se găseau într-o poziţie psihologică similară, de pildă bolnavii de tuberculoză dintr-un sanatoriu, care nu-şi cunosc nici ei data liberării. Aceştia trăiesc o existenţă asemănătoare - fără viitor şi fără vreun scop.

Unul dintre deţinuţi, care la sosirea sa mărşăluise de la gară până la lagăr într-o coloană lungă de necunoscuţi, mi-a spus mai târziu că se simţise ca şi cum ar fi participat la propria-i înmormântare. Viaţa îi păruse absolut fără niciun viitor. O privea ca şi cum ar fi fost deja sfârşită şi încheiată, ca şi cum ar fi murit deja. Acest sentiment al „lipsei de viaţă" se intensificase şi din alte cauze: din punct de vedere temporal, lipsa unui capăt pentru perioada de prizonierat era cel mai acut resimţită; din punct de vedere spaţial, aveam de-a face cu îngrădirea în limitele lagărului. Tot ceea ce era dincolo de sârma ghimpată devenea atât de îndepărtat - cu neputinţă de atins şi, într-un anume fel, ireal. Evenimentele şi oamenii dinafară lagărului, toată viata normală de dincolo căpăta pentru deţinut o înfăţişare fantomatică. Adică viaţa de afară, atât cât deţinutul putea să mai vadă din ea, îi apărea aproape tot aşa cum trebuie să îi apară unui mort care priveşte spre ea din cealaltă lume.

Un om care se lăsa să decadă pentru că nu mai putea vedea niciun scop în viitor se descoperea potopit de gânduri retrospective. Am vorbit deja, într-un alt context, despre tendinţa de aprrvi spre trecut pentru a face prezentul, dimpreună **cîTtoate** ororile lui, mai puţin real. Dar în jefuirea prezentului de propria-i realitate zace un oarecare pericol. Devenea uşor să treci cu vederea prilejurile de a face ceva pozitiv cu viaţa de lagăr - prilejuri care chiar existau. A privi „existenţa provizorie" ca ireală constituia în sine însăşi, un factor important care determina prizonierul să renunţe la a se mai agăţa de viaţă; într-un fel, totul devenea fără sens. Astfel de oameni uită că adeseori tocmai o atare situaţie exterioară excepţional de dificilă **îi** oferă omului şansa de a creşte spiritual dincolo de sine însuşi. In loc să fi luat greutăţile din lagăr ca pe un test al propriei tării lăuntrice, ei nu-şi luau viaţa în serios şi o dispreţuiau ca pe ceva fără însemnătate. Preferau să-şi închidă ochii şi să trăiască în trecut. Pentru astfel de oameni, viaţa devenea lipsită de sens.

Fireşte, numai puţini oameni erau în stare să ajungă pe culmi spirituale înalte. Dar câtorva li s-a dat şansa de a atinge măreţia umană prin chiar aparentul lor eşec în lume şi prin moarte, o realizare pe care în condiţii obişnuite nu ar fi înfăptuit-o niciodată. Pentru noi ceilalţi, mediocri şi cu inima împărţită, s-ar potrivi cuvintele lui Bismark: **.Viaţa** e ca atunci când eşti la dentist; te tot gândeşti că urmează ce-i mai rău şi când colo totul s-a terminat deja". Diversificând, am putea spune că cei mai mulţi oameni din lagărul de concentrare credeau că oportunităţile reale pe care ni le oferea viaţa s-au dus. Totuşi, în realitate, mai existau o oportunitate şi o provocare.

Puteai obţine o victorie din aceste experienţe, transformându-ţi viaţa într**-O** biruinţă lăuntrică, sau puteai să ignori provocarea şi să vegetezi pur şi simplu, aşa cum şi făceau cei mai mulţi deţinuţi.

Orice încercare de a lupta cu influenţa psihopatologică a lagărului asupra deţinutului prin metode psihoterapeutice sau psihoigienice trebuia să ţintească spre a-i furniza acestuia tărie lăuntrică, arătându-i un scop în viitor, spre care putea privi înainte. Instinctiv, unii deţinuţi încercau de la sine să găsească un astfel de scop. Acesta este specificul omului - că poate trăi doar privind spre viitor - *sub specie aeternitatis.* Şi aceasta îi este salvarea în cele mai dificile clipe ale existenţei, deşi sunt momente când trebuie să-şi silească mintea să procedeze aşa.

Imi amintesc de o experienţă personală. Cu ochii aproape în lacrimi, de durere (aveam nişte răni groaznice la picioare din cauza încălţămintei scâlciate), am mers şchiopătând câţiva kilometri, din lagăr, dimpreună cu coloana'lungă de oameni, până la locul de muncă. Un vânt rece şi tăios ne lovea. Mă tot gândeam la nesfârşitele şi măruntele probleme din viaţa noastră nenorocită. Ce vom mânca deseară? Dacă o să primesc o bucată de cârnat ca supliment, să îl schimb oare pe o bucată de pâine? Ar trebui oare să-mi dau la schimb pentru o supă ultima ţigară care-mi mai rămăsese dintr-un bonus pe care îl primisem cu două săptămâni în urmă? Cum să fac rost de o bucată de sârmă ca să înlocuiesc bucata care-mi slujea drept şiret? O să ajung oare la timp la locul de muncă ca să mă alătur aceleiaşi echipe de lucru sau va trebui să mă alătur alteia care s-ar putea să aibă parte de o brută de supraveghetor? Ce-aş putea să fac ca să mă pun bine cu *Capo-ul care* m-ar ajuta să obţin de lucru în lagăr, în loc să fac aceste marşuri zilnice oribile?

Mă scârbisem de starea aceea de lucruri care mă constrângea, zi de zi şi ceas de ceas, să mă gândesc doar la astfel de lucruri mărunte. Mi-am silit gândurile să treacă la un alt subiect. Brusc, m-am văzut stând în picioare într-o sală de conferinţe bine luminată, caldă şi plăcută. în faţa mea, un public atent şedea pe nişte scaune tapiţate, confortabile. Ţineam o prelegere despre psihologia lagărelor de concentrare! Toate câte mă apăsau în clipele acelea deveniseră obiective, le priveam şi le descriam din punctul de vedere, detaşat, al ştiinţei. Pe calea aceasta^mrejişjmj^^ deasupra Suferinţelor dinclipa aceea, şi să le privesc ca şi cum ar fi ţinut deja de trecut. Atât eu, cât şi necazurile mele deveniseră obiectul unui interesant studiu psihoştiinţific realizat chiar de mine însumi. Ce spune Spinozaîn *Etica* lui? - *Affectus, qui passio est, desinit esse passio simuiatque eius claram et distinctam formamus ideam:* „Emoţia, care este o suferinţă, încetează să mai fie suferinţă de îndată ce ne formăm o imagine clară şi precisă

despre ea." -

Deţinutul care şi-a pierdu'tîncredereaîn viitor -în viitorul lui - e condamnat. Odată cu pierderea credinţei în viitorul său, el îşi pierdea şi tăria sa spirituală; se lăsa

să decadă şi ajungea pradă degradării fizice şi sufleteşti. De obicei, lucrul acesta se întâmpla destul de brusc, sub forma unei crize, simptome de altfel cunoscute camarazilor cu experienţă. Cu toţii ne temeam de acest moment - nu atât pentru noi, fapt care ar fi fost nesemnificativ, cât pentru prietenii noştri. De obicei, începea cu refuzul deţinutului de a se mai îmbrăca dimineaţa, de a se mai spăla sau de a mai ieşi pe platou. Nici rugăminţile, nici loviturile şi nici ameninţările nu mai aveau niciun efect. Pur şi simplu zăcea acolo, de-abia mişcându-se. Dacă criza lui se datora vreunei boli, refuza să fie dus la infirmerie sau să mai facă ceva care să-l ajute. Pur şi simplu, se dădea bătut. Rămânea acolo, zăcând în propriile-i excremente, fără să-i mai pese de nimic.

Odată am fost martor la o demonstraţie dramatică a legăturii strânse dintre pierderea încrederii în viitor şi această periculoasă renunţare. E, responsabilul barăcii mele, un compozitor si libretist destul de cunoscut, mi-a mărturisit într-o zi:

- Vreau să-ţi spun ceva, doctore. Am avut un vis ciudat. O voce mi-a spus că pot să-mi pun o dorinţă, că trebuie doar să spun ce vreau să aflu şi voi primi răspuns. Ce crezi că am

întrebat? Am vrut să ştiu când se va termina pentru mine războiul. Ştii ce vreau să spun, doctore - pentru mine! Voiam să ştiu când noi, când lagărul nostru va fi liberat, iar suferinţele noastre se vor fi sfârşit.

- Când ai avut visul ăsta?, l-am întrebat eu.

- In februarie 1945, mi-a răspuns el. Era pe la începutul lui martie.

- Şi ce ţi-a răspuns vocea din vis? Atunci mi-a şoptit pe furiş:

- 30 martie.

Când F. mi-a istorisit visul, era încă plin de speranţa că vocea din vis va fi avut dreptate. Dar pe măsură ce se apropia ziua făgăduită, veştile despre război care ajungeau în lagărul nostru arătau ca fiind foarte puţin probabilă eliberarea noastră la data promisă. Pe 29 martie, F. s-a îmbolnăvit brusc şi a făcut febră mare. Pe 30 martie, data la care profeţia îi spusese că se vor termina pentru el războiul şi suferinţele, a început să delireze şi şi-a pierdut cunoştinţa. Pe 31 martie era deja mort. După toate aparenţele, murise de tifos.

Cei care ştiu cât de strânsă este legătura dintre starea sufletească - adică curajul, speranţa, sau lipsa acestora - si imunitatea organismului vor înţelege de ce pierderea bruscă a speranţei şi curajului poate fi fatală. Cauza principală a morţii prietenului meu a fost că eliberarea aşteptată nu s-a petrecut şi astfel el a fost teribil de dezamăgit. Asta i-a scăzut brusc rezis-< tenţa organismului împotriva infectării latente cu tifos. Credinţa în viitor şi dorinţa lui de a trăi au fost paralizate, iar corpul a căzut pradă bolii - şi astfel s-a făcut că vocea din visul său a avut, la urma urmei, dreptate.

Observaţiile făcute asupra acestui caz şi concluziile trase sunt în acord cu ceea ce doctorul-şef al lagărului mi-a supus atenţiei. Rata mortalităţii în săptămâna dintre Crăciunul lui 1944 şi Anul Nou, 1945, a crescut în lagăr mai mult ca niciodată.

în opinia lui, cauza acestei creşteri a mortalităţii nu corista în condiţiile mai grele de muncă sau în sărăcirea proviziilor noastre de hrană, ori în schimbarea condiţiilor meteorologice, ori în apariţia unor noi epidemii. Era pur şi simplu faptul că deţinuţii se hrăniseră cu speranţa naivă că de Crăciun vor fi din nou acasă. Pe măsură ce se apropia data respectivă şi nu apăreau veşti încurajatoare, deţinuţii îşi pierdură curajul şi dezamăgirea îi copleşi. Faptul avu o influenţă periculoasă asupra puterii lor de a rezista şi mulţi dintre ei au pierit.

Asa cum am arătat şi mai înainte, orice încercare de a reface forţa interioară a omului îh lagăr trebuia mai înainte de toate să aibă succes în a-i indica un scop pentru viitorul său. Cuvintele lui Nietzsche - „Cel care are un *de ce* pentru care să trăiască poate îndura aproape orice" - ar putea fi un motto călăuzitor pentru toate strădaniile psihoterapeutice şi psihoigie-nice care îi privesc pe deţinuţi. Ori de câte ori se oferea un prilej, trebuia să li se ofere un *de ce* - un rost - pentru viaţa lor, ca să fie întăriţi şi să poată îndura acel orice al existenţei lor. Vai de cel care nu mai găsea niciun sens vieţii lui, niciun ţel, niciun scop si, ca atare, niciun rost de a mai continua să trăiască. Acesta pierea curând. Replica tipică cu care el se opunea tuturor argumentelor încurajatoare era: „Nu mai am la ce să mă mai aştept de la viaţă!" Ce poţi să mai răspunzi la aşa ceva?

Lucrul de care aveam cu adevărat nevoie era o schimbare fundamentală a atitudinii noastre faţă de viaţă. A trebuit să învăţăm noi înşine, ba încă a trebuit să-l învăţăm şi pe semenul nostru disperat că *ceea ce contează cu adevărat este nu ceea ce aşteptăm noi de la viaţă, ci mai degrabă ceea ce viaţa aşteaptă de la noi.* Trebuia să încetăm a ne mai întreba care este sensul vieţii si, în schimb, să ne gândim că noi înşine eram întrebaţi asta de către viaţă - zi de zi şi ceas de ceas. Răspunsul nostru trebuia să constea nu în pălăvrăgeală şi meditaţie, ci în acţiune

justă. La urma urmei, viaţa înseamnă să îţi asumi responsabilitatea de a găsi răspunsul just la problemele acesteia şi de a face faţă sarcinilor pe care ea i le trasează fiecăruia dintre noi.

Aceste sarcini, şi de aceea şi sensul vieţii, diferă de la om la om şi de la o clipă la alta. Aşadar, este cu neputinţă să defineşti sensul vieţii la modul general. întrebărilor despre sensul vieţii nu li se poate răspunde niciodată prin declaraţii exhaustive. .Viaţa" nu este ceva vag, ci ceva foarte real şi concret, tot aşa cum şi sarcinile vieţii sunt la fel de reale şi de concrete. Ele alcătuiesc destinul omului, care este diferit şi unic pentru fiecare individ în parte. Niciun om şi niciun destin nu pot fi comparate cu un alt om şi cu un alt destin. Nicio împrejurare nu se repetă, şi fiecare situaţie cere un alt răspuns. Câteodată, situaţiile în care omul se găseşte îi pot cere să-şi modeleze propria-i soartă

prin acţiune. Alteori, e mai avantajos pentru el să facă uz de şansa de a contempla şi de a realiza în acest fel valori lăuntrice. Alteori, omului i se poate cere să îşi accepte pur şi simplu soarta şi să-şi ducă crucea. Fiecare situaţie se distinge prin unicitatea ei şi întotdeauna există doar un singur răspuns corect la problema pe care o ridică situaţia respectivă.

Când omul descoperă că destinul lui este să sufere, va trebui să-şi accepte suferinţa ca fiind propria sa misiune; singura şi unica lui misiune. Va trebui să realizeze faptul că până şi în această suferinţă a sa, el este unic şi singur în întregul univers. Nimeni nu-l poate scuti de suferinţa lui sau nu poate să sufere în locul său. Singura lui şansă ţine de modul cum îşi poartă povara.

Pentru noi, deţinuţii, astfel de gânduri nu erau deloc nişte simple speculaţii rupte de realitate. Erau singurele gânduri care ne puteau ajuta. Ele ne-au ferit de disperare, chiar şi atunci când părea că nu vom mai scăpa cu zile. Trecuserăm deja de mult de stadiul întrebărilor despre sensul vieţii, de acea interogare naivă care înţelege viaţa ca pe atingerea unui scop doar prin crearea activă a unor valori. Pentru noi, sensul vieţii cuprindea ciclurile mai ample ale vieţii şi morţii, ale suferinţei şi pieirii.

De îndată ce ni s-a dezvăluit sensul suferinţei, am refuzat să bagatelizăm sau să ne îndulcim chinurile din lagăr igno-rându-le sau nutrind iluzii false şi întreţinând un optimism artificial. Suferinţa devenise pentru noi o sarcină căreia nu voiam să-i întoarcem spatele. Ne dădeam seama de oportunităţile ascunse pe care ea ni le oferea ca să realizăm ceva, acele oportunităţi care l-au făcut pe poetul Rilke să scrie: W/'e *viei ist aufzuleiden* („Cât de mare e suferinţa prin care trebuie să trecem!"). Rilke vorbea despre acea .^îndurare a suferinţei", la fel cum alţii vorbesc despre „îndeplinirea unei munci oarecare". Si noi chiar că aveam destulă suferinţă prin care să trecem. De aceea, era nevoie să facem faţă întregii suferinţe, încercând să reducem la minimum momentele de slăbiciune şi lacrimile scăpate pe furiş. Dar nu era cazul să te ruşinezi de lacrimile tale, căci ele erau dovada celui mai mare curaj omenesc: curajul de a suferi. Numai câţiva au reuşit asta. Unii au mărturisit ruşinaţi că plângeau, aşa cum a făcut şi camaradul meu pe care l-am întrebat cum a trecut peste edemele de care suferea, şi care mi-a mărturisit aşa: „Am plâns până mi-au trecut."

începuturile plăpânde ale psihoterapiei sau psihoigienei erau, ori de câte ori chiar se putea face acest lucru în lagăr, fie individuale, fie colective. Tentativele de psihoterapie individuală erau adeseori un soi de „măsură de prim ajutor". Aceste eforturi vizau mai ales prevenţia sinuciderilor. Una dintre regulile foarte stricte din lagăr interzicea orice strădanie de a salva un om care încerca să se sinucidă. De pildă, era interzis să tai frânghia unui om care încerca să se spânzure. Ca urmare, prevenirea unor astfel de tentative era foarte importantă.

îmi amintesc de două cazuri de posibil suicid care se asemănau izbitor de mult. Amândoi oamenii aceia ne spuseseră despre intenţiile lor de a-şi lua viaţa. Amândoi făcuseră uz de

argumentul clasic, respectiv că nu mai aveau la ce să se aştepte de la viaţă. In ambele cazuri, întrebarea era cum să-i faci să realizeze că de fapt viaţa era aceea care mai aştepta ceva de la ei; că aştepta ceva de la ei în viitor. Am descoperit că, de fapt, pentru unul dintre ei era vorba de fiica sa, pe care acesta o adora şi care îl aştepta într-o altă ţară. Pentru celălalt era vorba de un lucru, nu de o persoană. Acesta era un om de ştiinţă şi scrisese o serie de cărţi care trebuiau să fie finalizate. Nimeni nu ar fi putut face munca aceea în locul lui, după cum nicio altă persoană nu ar fi putut lua locul tatălui în inima fiicei sale.

Această unicitate şi singularitate care îl caracterizează pe fiecare om în parte şi care dă sens existenţei sale are de-a face la fel de mult cu munca creatoare, pe cât are de-a face cu dragostea. Tocmai faptul că avem de-a face cu imposibilitatea de a înlocui o anumită persoană permite ca responsabilitatea omului pentru propria-i existenţă şi continuitatea acesteia să apară în toată măreţia sa. Un om care devine conştient de responsabilitatea pe care o are faţă de o fiinţă umană care îl aşteaptă cu iubire sau faţă de o treabă neterminată nu va fi niciodată în stare să-şi irosească viaţa. Cunoscând „de ce"-ul propriei sale existenţe, el va fi în stare să îndure aproape „orice".

Prilejurile de a face psihoterapie colectivă erau, fireşte, limitate în lagăr. Să fii un exemplu de urmat era mai eficient decât ceea ce vorbele ar fi putut transmite vreodată. Un responsabil de baracă care nu se dădea cu autorităţile avea, prin chiar comportamentul lui încurajator, o mie de prilejuri de a-i influenţa moral pe cei aflaţi sub autoritatea sa. Influenţa nemijlocită a comportamentului este întotdeauna mai eficientă decât cea a cuvintelor. Dar erau şi situaţii când cuvântul era de asemenea eficient, când receptivitatea sufletească era amplificată de anumite împrejurări exterioare. îmi amintesc de o întâmplare care ne-a oferit o ocazie de-a face psihoterapie cu colegii din întreaga noastră baracă, graţie sporirii receptivităţii lor din cauza unei anumite situaţii exterioare.

Avusesem o zi proastă. La defilare se anunţaseră mai multe acţiuni care, de atunci înainte, ar fi urmat să fie privite drept sabotaje şi, prin urmare, pedepsite imediat cu moartea prin spânzurare. Printre acestea se numărau delicte precum tăierea unor fâşii din păturile învechite (pentru a ne improviza întăritoare pentru glezne) şi „furturi" mult prea neînsemnate. Cu câteva zile mai înainte, un deţinut, pe jumătate mort de foame, pătrunsese într-o magazie şi furase nişte cartofi. Furtul fusese descoperit şi câţiva deţinuţi îl identificaseră pe „hoţ". Când autorităţile lagărului au aflat de acest lucru, au ordonat ca omul vinovat să le fie predat, ori întregul lagăr va fi înfometat timp de o zi. Evident, cei 2 500 de oameni au preferat să facă foamea.

Seara, după o zi de foamete, zăceam în bordeiele noastre de pământ, cu moralul la pământ. Se vorbea foarte puţin, căci orice vorbă ne irita. Apoi, ca lucrurile să devină şi mai rele, s-a luat lumina. Ajunseserăm cu răbdările la capăt. Dar

responsabilul barăcii noastre era un om înţelept. A improvizat un mic discurs despre toate câte ne treceau prin minte în clipele acelea. A vorbit despre mulţii camarazi care muriseră în ultimele zile fie din cauza bolii, fie pentru că îşi luaseră viaţa. Dar, de asemenea, a menţionat şi ceea ce trebuie să fi fost adevăratul motiv al morţii lor: faptul că renunţaseră să mai spere. A susţinut că trebuia să existe o cale de a împiedica şi alte posibile victime să ajungă în această situaţie-limită. Şi a indicat spre mine, aşteptând să le dau eu un sfat.

Dumnezeu ştie că nu eram în dispoziţia necesară pentru a da explicaţii psihologice sau pentru a ţine o predică - aşa încât să le pot acorda camarazilor mei un fel de prim ajutor pentru sufletele lor. îmi era frig şi-mi era foame, eram irascibil şi obosit, dar a trebuit să fac un efort şi să folosesc acel unic prilej. Era nevoie de încurajare mai mult ca oricând.

Aşa că am început prin a rosti cele mai obişnuite consolări. Am spus că, nici chiar în această Europă ajunsă la cea de-a şasea iarnă a celui de-al Doilea Război Mondial, situaţia noastră nu era cea mai groaznică la care ne-am fi putut gândi. Am spus că fiecare dintre noi trebuia să se întrebe ce pierderi de neînlocuit va fi suferit până atunci. Am speculat zicând că pentru mulţi dintre ei aceste pierderi au fost puţine la număr. Cine se afla încă în viaţă avea motive să mai tragă nădejde. Sănătatea, familia, fericirea, posibilităţile profesionale, norocul, poziţia în societate - toate acestea erau lucruri ce puteau fi redobândite. La urma urmei, aveam toate oasele întregi. Toate prin câte trecuserăm ar mai fi putut constitui o zestre pentru viitor. Şi am citat din Nietzsche: Wos m/ch *nicht umbringt, macbt mich starker* („Ceea ce nu mă omoară, mă întăreşte.").

Apoi am vorbit despre viitor. Am spus că celui ce-l priveşte cu obiectivitate, viitorul trebuie să îi pară lipsit de speranţă. Am fost de acord cu faptul că fiecare dintre noi putea ghici cât de mici îi erau şansele de supravieţuire. Le-am spus că, deşi nu era epidemie de tifos în lagăr, mi-am estimat propriile şanse la una din douăzeci. Dar le-am spus şi că, în ciuda acestui fapt, nu aveam de gând să-mi pierd speranţa şi să mă dau bătut. Căci nimeni nu putea şti ce-i rezervă viitorul, cu atât mai puţin ora următoare. Chiar dacă nu ne puteam aştepta la nişte evenimente militare senzaţionale în zilele următoare, cine putea şti mai bine decât noi, după atâta experienţă asimilată în lagăr, ce mari şanse ni se puteau deschide câteodată, chiar pe neaşteptate, chiar şi dacă doar la nivel individual. De exemplu, puteam fi detaşaţi pe neaşteptate cu o echipă beneficiind de condiţii de lucru excepţionale - căci acesta era genul de lucru care constituia „norocul" prizonierului.

Dar nu doar că le-am vorbit despre viitor şi despre vălul care-l acoperea, ci am menţionat şi trecutul, toate bucuriile lui şi faptul că lumina lui strălucea chiar şi în întunericul acelor clipe. Din nou am citat dintr-un poet - pentru a evita să par că predic - care scrisese aşa: Wos Du *erlebst, kann keine Macht der* We/t D/r *rauben* („Ceea

ce tu ai vieţuit, nicio forţă de pe pământ nu-ţi mai poate lua."). Nu doar trăirile noastre, ci şi tot ceea ce făcusem, gândurile măreţe pe care le vom fi nutrit şi tot ceea ce am suferit, toate acestea nu sunt pierdute, chiar dacă ţin de trecut, căci noi le-am adus în fiinţă. A fi fost este, de asemenea, un fel de a fiinţa şi, probabil, cel mai sigur.

Apoi am vorbit despre multele prilejuri de a da sens vieţii. Le-am spus camarazilor mei (care zăceau fără să se mişte, măcar că uneori se mai putea-âuzi câte un suspin) că viaţa omului, oricare ar fi împrejurările, nu încetează niciodată să aibă sens şi că acest nemărginit sens al vieţii include suferinţa şi sfârşitul, privaţiunea şi moartea. Le-am cerut bietelor făpturi care mă ascultau atente în întunericul barăcii să facă faţă gravităţii situaţiei în care ne găseam. Nu trebuiau să-şi piardă speranţa, ci să-şi păstreze curajul având siguranţa că lipsa sorţilor de izbândă în lupta noastră nu îi scădea acesteia cu nimic din demnitate şi sens.

Am spus că, în acele ceasuri grele, pe fiecare dintre noi ne privea cineva - un prieten, o soţie, cineva viu sau cineva mort, ori Dumnezeu - şi că nu se aştepta să îl dezamăgim. Că spera să ne afle suferind cu fruntea sus - nu ca nişte nenorociţi - , ci ca unii care ştim cum să murim.

Şi, în cele din urmă, am vorbit despre jertfa noastră, care în orice caz avea un sens. Ţinea de natura acestei jertfe să pară lipsită de sens pentru lumea de afară, pentru lumea care caută succesul material. Dar, în realitate, jertfa noastră avea rost. Aceia dintre noi care au o credinţă oarecare - le-am spus-o franc - pot înţelege acest lucru fără nicio greutate. Le-am istorisit despre un camarad de-al lor care, la sosirea sa în lagăr, a încercat să facă un pact cu Cerul, ca suferinţa şi moartea lui

să cruţe de la un sfârşit dureros[13] fiinţa omenească pe care o iubea. Pentru acest om, suferinţa şi moartea aveau un sens; iar jertfa lui avea cea mai profundă semnificaţie. Nu voia să moară degeaba. Niciunul dintre noi nu dorea aşa ceva.

Scopul cuvintelor mele era să aflu un sens deplin în viaţa noastră, atunci şi acolo, în baraca aceea şi în situaţia aceea practic lipsită de orice speranţă. Şi am văzut că eforturile mele fuseseră încununate de succes. Când becul începu iarăşi să pâlpâie, am putut vedea chipurile nefericite ale prietenilor mei care veneau spre mine clătinându-se, pentru a-mi mulţumi, cu ochii în lacrimi. Dar trebuie să mărturisesc aici că doar arareori am avut puterea interioară de a lua legătura cu tovarăşii mei de suferinţă şi că trebuie să fi pierdut multe prilejuri de a face astfel de lucruri pentru ei.

Am ajuns acum la cel de-al treilea stadiu al reacţiilor sufleteşti ale deţinutului - e vorba de psihologia deţinutului după eliberarea sa. Dar mai înainte vom lua în considerare o întrebare care este adeseori pusă psihologului, în special atunci când acesta a cunoscut pe pielea lui asemenea lucruri: „Ce ne poţi spune despre profilul psihologic al gărzilor lagărului? Cum este cu putinţă ca oameni, deopotrivă din sânge şi carne, să-i trateze pe semenii lor în felul în care atâţia deţinuţi spun că au fost trataţi?" După ce a auzit despre aceste lucruri şi a ajuns să creadă că ele s-au

întâmplat aievea, omul e nevoit să se întrebe: cum de a fost posibil, din punct de vedere psihologic, să se întâmple aşa ceva? Pentru a răspunde la întrebarea respectivă, fără a intra în prea multe amănunte, trebuie punctate câteva aspecte.

în primul rând, printre gardieni existau unii sadici, sadici în cel mai pur sens clinic.

[13] Frankl se referă aici la mama sa, Elsa, despre care urma să afle abia după liberarea lui din lagăr că fusese dusă din gara Auschwitz direct la camera de gazare (v. Viktor Frankl - *Recollections).* (n.trad.)

în al doilea rând, aceşti sadici erau întotdeauna selectaţi atunci când era nevoie de un detaşament de gardieni duri.

Era mare bucurie la locul de muncă când, după două ore de muncă pe un ger crunt, ni se dădea voie să ne încălzim câteva minute în faţa unei sobiţe în care aruncam rămurele şi aşchii de lemn. Dar întotdeauna se găseau unii şefi de echipă care simţeau o mare plăcere să ne priveze de acest confort. Cât de clar se putea vedea pe feţele lor această plăcere, nu doar atunci când ne interziceau să stăm lângă sobă, ci mai ales când o răsturnau aruncând jarul binefăcător în zăpadă! Când un SS-ist antipatiza o persoană,se găsea întotdeauna printre ei vreunul mai deosebit, cunoscut ca fiind pasionat de metodele sadice de tortură şi foarte specializat în acest sens şi căruia îi era expediat nefericitul deţinut.

în al treilea rând, odată cu scurgerea timpului, cei mai mulţi dintre gardieni deveniseră nesimţitori din pricina folosirii tot mai numeroaselor brutalităţi în lagăr. Aceşti oameni împietriţi moral şi sufleteşte refuzau cel puţin să aplice măsuri sadice. Dar nu îi împiedicau pe alţii să o facă.

în al patrulea rând, trebuie să afirmăm că şi printre gardieni erau unii cărora le era milă de noi. îl voi menţiona aici doar pe comandantul lagărului de unde m-am liberat. După eliberare s-a descoperit - ceea ce doar doctorul lagărului, el însuşi un deţinut, ştiuse - că acest om scosese sume deloc mici de bani din propriul său buzunar pentru a face rost de medicamente pentru deţinuţii săi, aducându-le din oraşul din apropiere.[14]

[14] O întâmplare interesantă cu privire la acest comandant SS se referă la atitudinea unor deţinuţi evrei faţă de el. La finele războiului, când trupele americane i-au eliberat pe deţinuţii din lagărul nostru, trei tineri evrei unguri l-au ascuns pe acest comandant în pădurile Bavariei. Apoi s-au dus la comandantul forţelor armate americane, care voia foarte mult să-l captureze pe comandantul SS, şi i-au zis că îi vor spune unde se află respectivul, dar numai cu anumite condiţii:

Insă gardianul-şef al lagărului, el însuşi un deţinut, era mai dur decât toţi gardienii SS. îi bătea pe ceilalţi deţinuţi cu orice prilej neînsemnat, în timp ce comandantul lagărului, din câte cunosc eu, nu a ridicat niciodată mâna asupra niciunuia dintre noi.

Este evident faptul că eticheta atribuită cuiva, fie că era gardian sau deţinut, nu ne spunea aproape nimic. Bunătatea umană o putem găsi în toate grupurile, chiar şi în cele care, luate în ansamblu, ar putea fi uşor de condamnat. Graniţele dintre grupuri se suprapuneau şi nu era cazul să încercăm să simplificăm problemele zicând că unii oameni erau îngeri, iar ceilalţi, diavoli. Bineînţeles, era o performanţă remarcabilă pentru un gardian sau pentru un supraveghetor să fie bun cu deţinuţii în ciuda tuturor influenţelor din lagăr, în vreme ce josnicia unui deţinut care îşi trata rău propriii tovarăşi era vrednică de tot dispreţul. Evident, deţinuţii găseau această lipsă de caracter ca fiind foarte deranjantă, în timp ce erau profund mişcaţi de cea mai mică dovadă de bunătate ce venea din partea unui gardian. Imi amintesc cum, într-o zi, un gardian mi-a dat pe furiş o bucăţică de pâine pe care ştiam că o pusese deoparte probabil din propria sa porţie de la micul dejun. Ceea ce m-a mişcat până la lacrimi a fost nu atât bucăţica de pâine, cât

comandantul american trebuia să le promită că nu-i va face nici un rău acestui om. După un timp, ofiţerul american le-a promis în sfârşit acestor tineri evrei că, atunci când va fi luat prizonier, comandantul neamţ nu va păţi nimic. Şi nu numai că ofiţerul american şi-a ţinut promisiunea, dar comandantul SS a fost într-un fel chiar reabilitat în funcţia sa anterioară de conducător al lagărului, pentru a supraveghea colectarea de haine din satele bavareze din preajmă şi distribuirea lor către toţi aceia dintre noi care, la vremea respectivă, încă mai purtam hainele ce ne rămăseseră de la alţi deţinuţi din lagărul de la Auschwitz, care nu fuseseră la fel de norocoşi ca şi noi, fiind trimişi spre camerele de gazare imediat după sosirea lor în gara lagărului, (n.aut.)

„ceva-ul" omenesc pe care omul acela mi l-a dăruit - vorba şi privirea cu care şi-a însoţit darul.

Din toate acestea putem învăţa că în lumea aceasta există două rase de oameni, două şi numai două: „rasa" omului cu bun-simţ şi aceea a omului nesimţit. Peste tot le putem întâlni pe amândouă; amândouă penetrează în toate grupurile societăţii. Niciun grup social nu e alcătuit în întregime doar din oameni simţiţi sau doar din nesimţiţi. Din acest punct de vedere, niciun grup social nu este o „rasă pură" - şi tocmai de aceea puteam uneori întâlni câte un om plin de bun-simţ printre gardienii lagărului. , y

Viata din lagărul de concentrare deschidea sufletul omului si îi dădea pe faţă profunzimile. Este oare surprinzător faptul că în aceste adâncimi ale sufletului regăseam calităţi umane care, în adevărata lor natură, erau un amestec de bine şi de rău? Prăpastia care separă binele de rău şi care trece prin toate fiinţele omeneşti, atingând adâncimi negândite, ni se dezvăluia cu claritate chiar în străfundul acestui abis pe care îl deschidea lagărul de concentrare.

Si acum, să trecem la ultimul capitol despre psihologia lagărului de concentrare - psihologia deţinutului care a fost liberat. Pentru a descrie experienţa liberării, care în mod natural trebuie să fie personală, vom alege frânturi din acea parte a naraţiunii

noastre care vorbeşte despre dimineaţa când deasupra porţilor lagărului a fost arborat steagul alb, după atâtea zile de mare tensiune. Starea de suspans lăuntric a fost urmată de o uşurare deplină. Dar ar fi greşit să se creadă că eram nebuni de bucurie. Aşadar, ce s-a întâmplat?

Cu paşi târşâiţi, noi, deţinuţii, ne-am târât până la porţile lagărului. Timizi, am privit de jur împrejur, aruncându-ne unul altuia priviri întrebătoare. Apoi am îndrăznit să păşim un pic afară din lagăr. De data asta nu s-a mai urlat la noi şi nici nu am mai fost nevoiţi să ne grăbim să ne întoarcem ca să evităm

vreo lovitură sau vreun şut. Oh, nu! De data asta, gardienii ne ofereau ţigări! La început, cu greu i-am mai recunoscut; îsi trăseseră repede pe ei haine civile. Ne-am plimbat încetişor de-a lungul drumului care pornea din lagăr. Dar curând au început să ne doară picioarele, ameninţând să ni se şi umfle. Si totuşi, mergeam şchiopătând; doream să vedem împrejurimile lagărului, pentru prima dată cu ochii unor oameni liberi. „Libertate" - ne tot repetam şi totuşi nu puteam realiza faptul. Repetaserăm cuvântul acesta atât de des în timpul anilor cât visasem la libertate, încât îşi pierduse sensul. Realitatea sa nu mai pătrundea în conştiinţa noastră; nu puteam pricepe faptul că libertatea ne aparţinea.

Am ajuns la nişte pajişti înflorite. Le vedeam şi realizam că erau acolo, dar nu ne trezeau nimic în suflet. Prima scânteie de bucurie a apărut când am văzut un cocoş cu o coadă multicoloră. Dar era doar o scânteie; nu aparţineam încă acestei lumi.

Seara, când ne-am strâns din nou în baracă, ne-am întrebat pe furiş unul pe altul: „Spune-mi, ţi-a plăcut azi?"

Şi interlocutorul a răspuns ruşinat, neştiind că noi toti simţiserăm la fel: „Sincer, nu!" Pur şi simplu pierdusem capacitatea de a simţi mulţumirea şi trebuia s-o reînvăţăm, încetul cu încetul.

Din punct de vedere psihologic, ceea ce li se întâmpla deţinuţilor eliberaţi poate fi numit „depersonalizare". Totul ni se părea ireal, nefiresc, ca într-un vis. Nu ne venea să credem că era adevărat. De câte ori ne fuseseră înşelate visele în anii din urmă! Visam că ziua liberării a venit, că am fost pusi în libertate, că neîntorseserăm deja acasă, că ne salutam prietenii, că ne îmbrăţişam soţiile, că stăteam la masă şi începeam să povestim toate prin câte trecusem - chiar şi cât de des văzuse-răm ziua liberării în visele noastre. Şi apoi, un fluier ascuţit suna în urechile noastre, dând semnalul de deşteptare si punând capăt viselor de libertate. Acum însă, visul chiar devenise realitate. Dar mai puteam noi oare crede cu adevărat în el?

Trupul are însă mai puţine inhibiţii decât mintea. Din prima clipă s-a folosit bine de noua sa libertate. începuserăm să mâncăm - ore şi zile la rând, chiar şi jumătate din noapte. E uimitor cât de mult poate să mănânce cineva. Şi când câte un deţinut era invitat de vreun fermier prietenos din vecinătate, mânca şi iar mânca, apoi bea cafea, ceea ce îi dezlega şi limba, şi apoi începea să vorbească ore la rând. Presiunea

la care fusese supus sufletul său atâţia ani se elibera în sfârşit. Auzindu-l povestind, aveai impresia că *trebuia* să vorbească, că dorinţa lui de a vorbi era irezistibilă. Cunoscusem oameni care, aflaţi pentru scurtă vreme sub o mare tensiune (de exemplu, în timpul unei razii făcute de Gestapo), avusesera reacţii asemănătoare. Trecură multe zile până când nu numai că li se dezlegă limba, ci şi ceva dinlăuntrul lor, când simţeau deodată că depăşiseră obstacolul ciudat care îi încătuşase.

într-o zi, după eliberare, m-am plimbat prin împrejurimi pe pajiştile înflorite, mult, mult de tot, înspre târguşorul cel mai apropiat de lagăr. Ciocârliile se avântau spre cer şi le ascultam trilurile vesele. Nu era ţipenie de om cât vedeai cu ochii. Nu mai era nimic altceva decât pământul şi cerul nesfârşit, şi veselia ciocârliilor, şi nemărginirea spaţiului. M-am oprit, am privit în jur, şi în sus, spre cer, şi am căzut în genunchi. In clipa aceea, n-am mai ştiut de mine şi de lumea din jur - aveam doar un singur lucru în minte - mereu acelaşi: „Am strigat către Domnul din închisoarea mea strâmtă şi El mi-a răspuns scoţân-du-mă în nemărginirea spaţiului".[15]

Cât de mult am stat îngenuncheat şi am repetat aceste cuvinte, nu-mi pot aminti... Dar ştiu că în ziua aceea, în ceasul acela, am început o viaţă nouă. Pas cu pas, am progresat până când am redevenit o fiinţă umană.

[15] Frankl citează din *Psalmii* regelui David: „în mijlocul strâmtorării am chemat pe Domnul: Domnul m-a ascultat şi m-a scos la larg." - Psalmul 18,5. (n.trad.)

Cu siguranţă că drumul parcurs de la tensiunea sufletească acută din ultimele zile de lagăr (de la acel război al nervilor) la pacea minţii nu a fost lipsit de obstacole. Ar fi greşit să se creadă că un deţinut eliberat nu mai avea nevoie de nicio asistentă spirituală. Trebuie să ţinem cont că un om aflat vreme îndelungată sub o aşa uriaşă presiune sufletească se găseşte, fireşte, într-o oarecare primejdie după eliberare, mai ales că fusese brusc uşurat de ea. Acest pericol (în sensul igienei psihologice) este contragreutatea psihologică pusă în cumpănă. După cum sănătatea fizică a scafandrului ar fi în pericol dacă acesta ar părăsi brusc camera de decompresie (unde se află sub o presiune atmosferică enormă), tot aşa omul eliberat dintr-odată de tensiunea sufletească poate suferi anumite deteriorări ale sănătăţii sale morale şi spirituale.

In timpul acestei faze psihologice, se poate observa că oamenii cu o natură ceva mai primitivă nu pot scăpa de influenta brutalităţilor care i-au înconjurat în viaţa de lagăr. Acum, liberi fiind, gândeau că-şi pot folosi libertatea fără nicio cenzură şi în chip barbar. Singurul lucru care se schimbase în ceea ce-i privea era faptul că, acum, din asupriţi deveniseră asupritori. Din nişte obiecte supuse forţei silnice şi nedreptăţii deveniseră nişte oameni puşi pe harţă. îşi justificau comportamentul cu experienţele groaznice prin care trecuseră. Faptul acesta devenea evident în evenimente minore. Un prieten de-al meu se plimba cu mine pe un câmp, înspre lagăr, când deodată am ajuns la un lan verde. Automat, eu l-am evitat, dar el m-a apucat de brat şi m-a târât

prin lan. Am îngăimat ceva, să nu călcăm în picioare lanul verde. El s-a enervat, mi-a aruncat o privire furioasă si a strigat la mine: „Nu mai spune! Nu ne-au ajuns toate câte le-am pătimit? Soţia şi copiii mi-au fost gazaţi - ca să nu mai amintesc de toate celelalte lucruri prin care am trecut -, si tu îmi interzici să calc în picioare câteva fire de ovăz!"

Astfel de oameni puteau doar cu greu să fie conduşi înapoi la adevărul unanim acceptat că nimeni nu are dreptul să facă ceva rău, nici chiar dacă lui i s-a făcut vreun rău. Trebuia să ne străduim a-i conduce înapoi la acest adevăr, altfel consecinţele ar fi fost mult mai rele decât paguba câtorva mii de spice de ovăz călcate în picioare. încă îl am în faţa ochilor pe deţinutul care, suflecându-şi mânecile cămăşii, şi-a vârât mâna dreaptă sub nasul meu urlând: „Să-mi tai mâna dacă n-am s-o mânjesc cu sânge în ziua când voi ajunge acasă!" Vreau să subliniez faptul că omul care a rostit aceste cuvinte nu era un individ rău. Mi-a fost unul dintre cei mai bunj camarazi, atât în lagăr, cât şi după aceea.

Pe lângă urâciunea morală rezultată în urma acelei bruşte eliberări de sub tensiunea sufletească, mai era vorba şi de alte două trăiri fundamentale care ameninţau să strice caracterul deţinutului, acum liber: *amărăciunea* şi *dezamăgirea* suferite după revenirea la viaţa de mai înainte.

Amărăciunea era cauzată de o serie de lucruri cu care se confrunta în oraşul său natal. Când, la întoarcerea sa, omul a descoperit că, în multe ocazii, când se întâlnea cu alţii, nu dădea decât peste ridicat din umeri şi fraze răsuflate, tindea să se amărască şi să se întrebe de ce a trecut prin toate prin câte trecuse. Când auzea aproape peste tot aceleaşi fraze, de genul: „Noi n-am ştiut nimic despre asta!", sau: „Şi noi am suferit", atunci se întreba: „Oamenii ăştia chiar nu ştiu să-mi spună ceva mai potrivit?"

Trăirea dezamăgirii este însă diferită. Aici nu mai era vorba doar de vreun prieten (a cărui superficialitate şi lipsă de simţire erau într-atât de respingătoare încât în cele din urmă te simţeai ca alunecând într-o gaură din care nu mai puteai vedea sau auzi nicio altă fiinţă umană), ci de soarta însăşi care părea atât de crudă. Un om care crezuse ani la rând că atinsese limita absolută a tuturor suferinţelor posibile afla acum că suferinţa

nu are margini, că poate încă să mai sufere, ba încă mult mai intens.

Când am vorbit despre încercarea de a-i ridica moralul omului din lagăr, am spus că trebuia să i se arate ceva din viitor spre care să privească. Trebuia să i se reamintească faptul că mai avea încă viaţă, că o f iinţă umană îl aşteaptă să se întoarcă. Dar după eliberare? Au fost unii care au aflat că nu îi mai aştepta nimeni. Vai de acela[16] care a aflat că persoana a cărei unică amintire îi dădea curaj în lagăr nu mai există! Vai de acela care, atunci când ziua mult visată soseşte în sfârşit, descoperă că nu se aseamănă deloc cu ceea ce aşteptase el! Poate că a luat troleibuzul, a călătorit

spre casa pe care ani la rând a privit-o numai şi numai în mintea sa şi a apăsat butonul soneriei exact aşa cum, în o mie şi unul dintre visele sale, tânjise să ajungă să facă, doar pentru a afla că persoana care ar fi trebuit să îi deschidă nu este acolo şi că nu va mai fi niciodată.

în lagăr ne spuneam unul altuia că nu există o aşa fericire pe acest pământ care să poată compensa tot ceea ce îndurasem. Nu mai nădăjduiam fericirea - nu asta ne dăduse curaj, nu asta dăduse sens suferinţei, sacrificiului sau morţii. Şi, totuşi, nu eram deloc pregătiţi pentru nefericire. Această dezamăgire, care îi aştepta pe suficienţi deţinuţi, a fost o experienţă peste care oamenii aceştia au găsit că le este teribil de greu să treacă şi că este deosebit de greu pentru psihiatru să îi poată ajuta să o depăşească. Dar faptul acesta nu trebuie să-l descurajeze; dimpotrivă, trebuie să-i ofere un imbold în plus de a o face.

însă pentru fiecare dintre deţinuţii liberi a venit şi ziua când, privind înapoi înspre experienţele lagărului, n-a mai fost în stare

[16] Frankl se referă aici la sine însuşi. Desigur, experienţa lui nu a fost unică; mulţi alţi deţinuţi vor fi trecut prin aceleaşi chinuri sufleteşti, descoperind la întoarcerea din lagăr că fiinţele dragi pentru care luptaseră să supravieţuiască nu mai sunt. (n.trad)

să priceapă cum de le-a putut îndura pe toate. După cum ziua eliberării a venit în cele din urmă, şi toate îi păreau a fi un vis frumos, tot aşa a venit şi ziua în care toate experienţele din lagăr nu i-au mai părut a fi fost nimic mai mult decât un vis urât.

Pentru omul reîntors acasă, încununarea tuturor celor trăite este sentimentul minunat că, după toate câte le-a îndurat, nu mai are a se teme de nimic altceva, ci numai de Dumnezeul său.

PARTEA A DOUA

Logoterapia pe scurt[17]

[17] Această secţiune a fost revizuită şi actualizată; ea a apărut pentru prima dată sub numele de „Conceptele fundamentale ale logoterapiei" în ediţia din 1962 a cărţii *Omul în căutarea sensului vieţii.* (n.aut.)

DE OBICEI, CITITORII SCURTEI,MELE POVESTIRI AUTOBIOGRAFICE VOR o explicaţie mai detaliată .şi mai directă a doctrinei mele terapeutice. In acest sens, am adăugat o scurtă secţiune despre logoterapie la ediţia originală a cărţii mele *From Death-Camp to Existenţialism.* Faptul nu a fost însă îndestulător, aşa că am fost asaltat de cereri vizând o expunere mai extinsă. De aceea, pentru prezenta ediţie am rescris-o în întregime şi mi-am extins considerabil expunerea.

Sarcina nu a fost uşoară. Să furnizezi cititorului, într-un spaţiu restrâns, întregul material care a necesitat scrierea a 20 de volume în limba germană este o sarcină aproape fără sorti de izbândă. îmi amintesc de un doctor american care

»

m-a întrebat odată, în cabinetul meu din Viena:

- Doctore, de fapt sunteţi psihanalist? La care eu am replicat:

- Nu sunt psihanalist; să spunem mai degrabă că sunt psihoterapeut.

Dar el a continuat să mă întrebe:

- Şi cărei şcoli îi aparţineţi? I-am răspuns:

- Am propria mea teorie; se numeşte *logoterapie.*

- Aţi putea să-mi spuneţi într-o singură frază ce se înţelege prin logoterapie? m-a întrebat el. Sau care este deosebirea dintre psihanaliză şi logoterapie?

- Desigur, i-am spus, dar mai întâi aţi putea să-mi spuneţi dumneavoastră într-o singură frază care este esenţa psihanalizei?

Iată ce mi-a răspuns:

- In timpul psihanalizei, pacientul stă întins pe o canapea şi istoriseşte lucruri care uneori sunt foarte neplăcute de mărturisit.

Imediat i-am întors-o, improvizând astfel:

- Iar în logoterapie pacientul trebuie să stea în picioare şi să asculte lucruri care uneori sunt foarte neplăcute.

Desigur, era o glumă, nu o versiune încapsulată a logoterapiei. Totuşi un miez de adevăr exista, întrucât logoterapia, în comparaţie cu psihanaliza, este o metodă mult mai puţin *retrospectivă* şi *introspectivă.* Logoterapia se concentrează mai degrabă asupra viitorului, adică asupra sensului pe care pacientul urmăreşte să îl dea viitorului său. (Logoterapia este cu adevărat o formă de psihoterapie centrată pe sens.) Totodată, logoterapia rupe cercurile vicioase şi mecanismele de feedback care joacă un rol atât de mare în dezvoltarea nevrozelor. Astfel, autocentrarea[18], tipică nevroticului, este întreruptă, în loc să fie mereu încurajată şi întărită.

Fără îndoială că această afirmaţie reprezintă o simplificare extremă a ceea ce este logoterapia; de fapt, în logoterapie pacientul este confruntat cu sensul vieţii sale şi reorientat către acesta. A-l face să devină conştient de acest sens poate contribui mult la sporirea capacităţii sale de a depăşi nevroza.

[18] Frankl se referă aici la preocuparea exagerată a pacientului pentru propria persoană, la autoobservarea excesivă, patologică, care duce nu doar la naşterea unor simptome nevrotice care pot fi teribil de invalidante, ci si la formarea unor cercuri vicioase exasperant de rezistente în faţa medicaţiei (v. Viktor E. Frankl, *The doctor and the soul).* (n.trad.)

Daţi-mi voie să vă explic de ce am ales termenul de „logoterapie" ca nume pentru teoria mea. *Logos* este un cuvânt grecesc, care înseamnă „sens". Logoterapia sau, aşa cum a fost numită de unii autori, „Cea de a treia şcoală vieneză de psihoterapie"[19], se concentrează asupra sensului existenţei umane si asupra căutării sensului de către om. Conform logoterapiei, această strădanie a omului de a găsi sens

în viaţa sa reprezintă forţa motivatoare primă în om. De aceea vorbesc eu despre *voinţa de sens,* în contrast cu principiul plăcerii (sau, cum l-am mai putea numi altfel, *voinţa de plăcere)* pe care se centrează psihanaliza freudiană, şi totodată în opoziţie cu *voinţa de putere* pe care se centrează psihologia adleriană (care foloseşte termenul de „luptă pentru superioritate").

VOINŢA DE SENS

Căutarea sensului reprezintă motivaţia primă a omului în viaţă, iar nu o „raţionalizare secundară" a pornirilor sale instinctuale. Unicitatea şi specificul sensului constau în faptul că acesta trebuie şi poate fi îndepjinit numai de către omul însuşi. Numai astfel conceptul capătă semnificaţia care îi va satisface omului *voinţa* sa de sens. Există autori care consideră că sensurile şi valorile „nu sunt altceva decât mecanisme de apărare, forme de reacţie şi de sublimare". în ceea ce mă priveşte, n-aş vrea să trăiesc de dragul „mecanismelor mele de apărare" şi nici nu aş fi gata să mor de dragul „formelor mele de reacţie". Totuşi, omul este capabil să trăiască şi să moară pentru idealurile şi valorile sale!

W Prima şcoală vieneză de psihoterapie îi aparţine lui Sigmund Freud (1856-1939) - *psihanaliza,* iar cea de-a doua, lui Alfred Adler (1870-1937) - *psihologia individuală,* (n.trad.)

Cu câţiva ani în urmă a fost organizat un sondaj de opinie în Franţa. Rezultatele au arătat că 98% dintre oamenii chestionaţi au admis că omul are nevoie de „ceva" pentru care să trăiască. Mai mult, 61 % dintre aceştia au mărturisit că în viaţa lor există ceva sau cineva pentru care ar fi gata chiar să îsi dea viaţa. Am repetat sondajul de opinie în secţia mea, din cadrul spitalului din Viena, atât printre pacienţi, cât şi printre membrii personalului, iar rezultatele au fost practic aceleaşi ca şi în cazul miilor de oameni chestionaţi în Franţa. Diferenţele au fost de numai 2%.

Un alt studiu statistic, desfăşurat pe 7 948 de studenţi din 48 de colegii, a fost realizat de către sociologii de la Universitatea John Hopkins. Raportul lor preliminar face parte dintr-un studiu cu durata de doi ani susţinut financiar de National Institute of Mental Health. Chestionaţi cu privire la ce anume consideră a fi „foarte important" pentru ei în prezent, 16% dintre studenţi au bifat: „să am cât mai mulţi bani", în vreme ce 78% au spus că scopul lor principal este: „să caut şi să găsesc un sens în viată".

t

Desigur, ar putea exista unele situaţii în care interesul individului faţă de valori reprezintă, de fapt, o camuflare a unor conflicte lăuntrice. Dar chiar şi aşa fiind, acestea reprezintă o excepţie de la regulă, nu regula însăşi. în astfel de cazuri avem de-a face cu pseudovalori, iar ele trebuie demascate. Acest proces de demascare trebuie să înceteze însă de îndată ce avem de-a face cu ceea ce este autentic şi veritabil în om, respectiv cu dorinţa acestuia de a avea o viaţă cât mai plină de sens. Dacă nu se opreşte în acest punct, unicul lucru pe care psihologul respectiv îl demască

este, de fapt, propriul său „motiv ascuns", respectiv nevoia sa inconştientă de a desconsidera şi devaloriza tocmai ceea ce este cu adevărat omenesc în om.

FRUSTRAREA EXISTENŢIALĂ

Voinţa de sens a omului poate şi ea să ducă ia frustrare, caz în care logoterapia vorbeşte despre „frustrare existenţială". Termenul „existenţială)" se poate referi la trei aspecte: (I) la *existenţa.* însăşi, respectiv modul specific uman de a fi; (2) la *sensul existenţei* şi (3) la strădania de a găsi un rost concret în viaţa personală, adică la *voinţa* de sens.

Frustrarea existenţială poate şi ea declanşa nevroze. Pentru acest gen de nevroze, logoterapia a stabilit termenul de „nevroze noogene", în opoziţie cu sensul tradiţional al termenului de *nevroză,* respectiv nevrozele psihogene. Nevrozele noogene îsi au originea nu atât în dimensiunea psihologică a existenţei umane, ci în cea „neologică" (de la cuvântul grecesc *noos,* însemnând „minte"). Acesta este un alt termen terapeutic care indică tot ceea ce se referă la dimensiunea specific umană.

NEVROZELE NOOGENE

Nevrozele noogene nu se nasc din conflictul dintre pukiuni si instincte, ci mai degrabă din problemele existenţiale. Printre aceste probleme, blocarea voinţei de sens joacă un rol însemnat.

Este limpede că în cazurile noogene, terapia cea mai potrivită şi mai adecvată nu este psihoterapia în general, ci logoterapia: adică o terapie care îndrăzneşte să pătrundă în dimensiunea specific umană.

Dati-mi voie să citez următoarea situaţie: un înalt diplomat american s-a prezentat la cabinetul meu din Viena cu intenţia de a continua tratamentul psihanalitic pe care-l începuse cu cinci ani în urmă cu un psihanalist din New York.

La început, l-am întrebat de ce consideră că are nevoie de psihanaliză şi care este motivul principal pentru care a apelat la şedinţele psihanalitice. A reieşit că pacientul era nemulţumit

de cariera lui şi că i se părea extrem de dificil să se supună politicii externe americane. Psihanalistul îi repetase de nenumărate ori că trebuia să se împace cu tatăl său, pentru că guvernul Statelor Unite şi superiorii săi nu erau „nimic altceva decât" imagini ale tatălui său[20] şi, în consecinţă, insatisfacţia în ceea ce priveşte activitatea sa se datora urii pe care în mod inconştient o nutrea faţă de tatăl său. In decursul celor cinci ani de psihanaliză, pacientul fusese tot mai mult îndemnat să accepte interpretările psihanalistului său, până când n-a mai fost capabil să vadă pădurea din cauza copacilor, adică a fost incapabil să vadă realitatea din pricina simbolurilor şi imaginilor. După câteva întrevederi mi-a devenit limpede faptul că voinţa de sens a pacientului era împiedicată din pricina vocaţiei sale, omul dorind de fapt să se implice în alt gen de activitate. Cum nu avea niciun motiv să nu renunţe la profesia sa şi să nu se dedice alteia, pacientul aşi procedat astfel, beneficiind de

satisfacţii maxime. In următorii cinci ani a continuat să se bucure de noua sa ocupaţie, aşa cum mi-a şi mărturisit de curând. Mă îndoiesc că în cazul lui am avut de-a face cu vreo tulburare nevrotică si de aceea m-am şi gândit că nici nu avea nevoie de psihoterapie, nici măcar de logoterapie, pentru simplul motiv că, de fapt, nici nu era bolnav. Nu orice stare internă conflictuală este neapărat una nevrotică; o anumită doză de conflict este normală şi sănătoasă. In mod asemănător, suferinţa nu este întotdeauna un fenomen patologic. în loc să fie un simptom de nevroză,

[20] In psihanaliză, structurile de autoritate (precum şefii direcţi, structurile locale de putere, guvernul, preşedintele ţării etc.) sunt privite ca reflectând, în esenţă, poziţia de autoritate a tatălui, pe care copilul este obligat să o recunoască şi să o accepte din fragedă copilărie, în funcţie de care i se modelează personalitatea în primii ani de viaţă, dar cu care intră în conflict pe măsură ce se maturizează si fată de care doreşte să îşi afirme, în cele din urmă, independenţa, (n.trad.)

suferinţa poate fi la fel de bine o creaţie omenească[21], în special dacă suferinţa se naşte dintr-o frustrare existenţială. Aş nega în mod categoric că în cazul în care o persoană caută sensul vieţii sau se îndoieşte cu privire la sensul vieţii sale, aceste fapte ar fi provocate de vreo boală sau ar conduce către ea. In sine, frustrarea existenţială nu este nici patologică, nici patogenă.[22] Nici frământarea, ba chiar nici disperarea omului cu privire la valoarea vieţii sale nu reprezintă altceva decât o *problemă existenţială,* în nici un caz o *boală mintală.* Se prea poate ca interpretarea acestor probleme existenţiale în termenii unei boli mintale să motiveze un **mediG** să îngroape disperarea existenţială a pacientului sub o grămadă de tranchilizante. Sarcina sa este mai degrabă să îşi îndrume pacientul pe timpul crizei existenţiale de creştere şi dezvoltare.

Logoterapia consideră că misiunea ei este de a ajuta pacientul să găsească sensul vieţii sale. întrucât logoterapia îl face conştient de *logosul* ascuns al existenţei sale, ea este un procedeu analitic. în această privinţă, logoterapia se aseamănă cu psihanaliza. Totuşi, în încercarea sa de a readuce un lucru în conştiinţă, logoterapia nu-şi restrânge activitatea la faptele *instinctuale* din subconştientul individului, ci se preocupă de realităţile sale existenţiale, cum ar fi sensul potenţial al vieţii pe care persoana îl are de împlinit, precum şi *voinţa* sa de sens. Orice tip de analiză, chiar şi aceea care se abţine să includă dimensiunea noologică în procesul terapeutic, încearcă să facă pacientul

[21] în sensul că omul însuşi, prin modul în care se raportează la condiţiile exterioare, de mediu, sau la cele interne (fiziologice, psihologice, spirituale), prin aspiraţiile sale care pot fi în dezacord flagrant cu posibilităţile reale de care el dispune la un anumit moment dat şi într-o anumită conjunctură de viaţă, îşi poate crea singur conflicte interne, care ating uneori cote dramatice, (n.trad.)

[22] Patologic: care indică o boală (fizică sau psihică); patogen: care provoacă o boală, (n.trad.)

să conştientizeze lucrul după care tânjeşte în *străfundul* fiinţei sale. Logoterapia se distanţează de psihanaliză prin faptul că ea consideră omul drept o fiinţă a cărei principală preocupare este aceea de a-şi atinge rostul, nu de a-şi satisface nevoile şi instinctele, nici de a reconcilia cerinţele inconştientului (/d-ulj, egoului şi superegoului, şi nici de a se ajusta şi adapta la societate şi mediu.[23]

NOODINAMICA

Fără îndoială că demersul de căutare a sensului de către om poate să producă mai degrabă un dezechilibru, decât o stare de echilibru interior. Totuşi, tocmai această tensiune este condiţia indispensabilă pentru sănătatea mintală. Aş îndrăzni să spun că nimic altceva nu poate să ajute atât de eficient omul să supravieţuiască chiar şi în cele mai grele condiţii precum cunoaşterea faptului că viaţa lui are un rost. Multă înţelepciune se află în cuvintele lui Nietzsche: „Cel ce are un de ce pentru care să trăiască, poate îndura aproape *orice.*" Văd în aceste

[23] Conform psihanalizei, psihicul este alcătuit din trei instanţe: *id* (şinele sau inconştientul), ego (eu/) şi *superego (supraeul* - conştiinţa morală). Şinele, în care acţionează două pulsiuni instinctuale -sexualitatea şi agresivitatea - operează pe baza *principiului plăcerii (voinţa de plăcere,* cum o numeşte Frankl), respectiv pentru evitarea durerii şi căutarea plăcerii. Supraeul (conştiinţa morală) are menirea de a aplica principiile morale în procesul de'satisfacere a nevoilor personale. Eul conştient (funcţiile sale includ percepţia, interpretarea percepţiilor, mişcările voluntare, modularea afectelor şi impulsurilor, cogniţia, memoria, judecata şi adaptarea la realitate) este guvernat *deprinapiulrealităţii* şi are drept scop găsirea unor modalităţi sigure şi acceptabile, din punct de vedere moral, de satisfacere a nevoilor sinelui fără a încălca limitele impuse de superego (conştiinţa morală). Eul şi supraeul operează atât la nivel conştient, cât şi inconştient, în timp ce şinele este în întregime inconştient, (n.trad.)

cuvinte un motto valabil pentru orice fel de psihoterapie. In lagărele de concentrare naziste, oricine ar fi putut mărturisi că cei mai apţi să supravieţuiască erau tocmai oamenii care ştiau că au de dus la bun sfârşit un anumit lucru. De atunci încoace[24], atât cei care au scris despre lagărele de concentrare, cât şi studiile psihiatrice realizate cu privire la prizonierii de război din lagărele din Japonia, Coreea de Nord şi Vietnam au ajuns la aceeaşi concluzie.

în ceea ce mă priveşte, când am fost deportat în lagărul de la Auschwitz, mi-a fost confiscat un manuscris pe care tocmai urma săîl public.[25] Desigur, o'ojrihţa mea de a rescrie manuscrisul m-a ajutat să supravieţuiesc rigorilor lagărului. De pildă, atunci când eram bolnav de febră tifoidă într-un lagăr din Bavaria, am aşternut în scris, pe diverse bucăţele de hârtie, multe notiţe care urmau să mă ajute la rescrierea manuscrisului dacă era să apuc ziua eliberării. Sunt convins că această refacere a manuscrisului, pe care am realizat-o în barăcile întunecoase din lagărul de

concentrare din Bavaria, m-a ajutat să trec cu bine peste pericolul unui colaps cardiovascular.

Se poate vedea, aşadar, că sănătatea mintală se întemeiază pe un oarecare grad de tensiune, pe tensiunea dintre ceea ce ai făcut deja şi ceea ce ar trebui să mai realizezi, adică pe diferenţa dintre ceea ce eşti şi ceea ce ar trebui să devii. O astfel de tensiune este intrinsecă omului şi, de aceea, indispensabilă sănătăţii lui mintale. De aceea n-ar trebui să ezităm să-i aruncăm omului provocarea de a duce la îndeplinire un anumit

[24] Rândurile de faţă au fost scrise de Frankl în 1962, deci la circa 17 ani după terminarea celui de al Doilea Război Mondial.

(n.trad.) _ „

[25] Este vorba despre prima versiune a primei mele cărţi, a cărei traducere în engleză a fost publicată de Alfred A Knopf, New York, în 1955, sub titlul The *doctor and* the *Soul: An Introduction to* Logo-*therapy.* (n.aut)

sens potenţial. Numai în acest fel îi scoatem voinţa de sens din starea ei latentă. Consider că este o concepţie greşită si periculoasă despre igiena mintală presupunerea că omul are nevoie în primul rând de echilibru sau, aşa cum este numit el în biologie - de „homeostază", adică de o stare lipsită de orice tensiune. De fapt, omul nu are nevoie de o astfel de stare lipsită de tensiune, ci mai degrabă de strădania şi lupta pentru atingerea unui scop valoros, a unei sarcini liber asumate. Lucrul de care are el nevoie este nu să scape cu orice preţ de tensiune, ci omul are nevoie de chemarea pe care i-o adresează un anumit sens potenţial care se vrea realizat. Nu de homeostază are el nevoie, ci de ceea ce eu numesc „noodinamica", adică de o dinamică existenţială într-un câmp de tensiune polar, unde unul dintre poli este reprezentat de sensul care trebuie împlinit, iar cel de-al doilea pol, de către omul însuşi, care trebuie să-l împlinească. Şi nu trebuie să se creadă că acest lucru este adevărat doar în condiţii normale de viaţă; la nevrotici este cu atât mai valabil. Dacă arhitectul vrea să întărească un arc slăbit, el *va* creşte sarcina care apasă asupra arcului, căci în felul acesta părţile lui se unesc şi mai bine. Deci, dacă terapeutul vrea să protejeze sănătatea mintală a pacientului, el nu trebuie să se teamă să creeze un nivel rezonabil de tensiune, prin reorien-tarea pacientului către sensul vieţii sale.

Acum, că am arătat impactul benefic pe care îl are orientarea către sens, vreau să îmi îndrept atenţia asupra influentei nefaste pe care o exercită acel sentiment de care atât de mulţi pacienţi se plâng astăzi, respectiv sentimentul unei depline, extreme lipse de sens a vieţii lor. Aceştia sunt bântuiţi de trăirea golului lor interior, a vidului lăuntric. Ei se află prinşi în acea stare pe care eu o numesc de „vid existenţial".

VIDUL EXISTENŢIAL

Vidul existenţial este un fenomen larg răspândit în secolul al XX-lea. Faptul este de înţeles; el se datorează unei duble pierderi pe care omul a suferit-o pe drumul pe

care l-a parcurs pentru a deveni o fiinţă umană. La începuturile istoriei, omul a pierdut câteva dintre instinctele sale animale de bază, în care este înscris comportamentul animal şi de care este validat. O stare de siguranţă ca aceea a Paradisului îi este refuzată omului pentru totdeauna, căci omul trebuie să facă alegeri. Pe lângă asta, omul a mai suferit încă o>pierdere în procesul relativ recent al dezvoltării sale, din cauza faptului că tradiţiile care îi susţineau comportamentul slăbesc rapid în prezent. Niciun instinct nu-i mai spune ce trebuie să facă şi nicio tradiţie nu-i mai zice cum ar trebui să procedeze; uneori, el nici măcar nu stie ce vrea să facă. în schimb, omul fie că doreşte să facă ceea ce fac ceilalţi (conformism), fie că face ceea ce alţii vor ca el să facă (totalitarism).

Un sondaj de opinie recent a dezvăluit faptul că circa 25% dintre studenţii mei europeni sufereau mai mult sau mai puţin din pricina „vidului existenţial". Iar printre studenţii mei americani, proporţia era de 60%.

Vidul existenţial se manifestă mai ales printr-o stare de plictiseală. Azi putem să-l înţelegem pe Schopenhauer când afirma că omenirea este sortită să oscileze la nesfârşit între două extreme, între necazuri şi plictiseală. Astăzi, plictiseala le dă mai mult de furcă psihiatrilor decât o fac necazurile vieţii. Si aceste probleme în creştere devin chiar cruciale, căci procesul de automatizare a muncii va duce probabil la o creştere semnificativă a timpului liber de care se va bucura lucrătorul de rând. E păcat că mulţi nu vor şti ce să facă cu surplusul lor de timp liber.

De pildă, să luăm „nevroza de duminică", un tip de depresie care îi afectează pe oameni atunci când devin conştienţi

de lipsa de conţinut din viaţa lor, când alergarea de peste săptămână a luat sfârşit şi golul din ei înşişi începe să se manifeste. Nu puţine cazuri de suicid se datorează vidului existenţial. Astfel de fenomene atât de răspândite precum depresia, agresivitatea şi dependenţa nu pot fi înţelese câtă vreme nu ţinem cont de vidul existenţial care le provoacă. Acelaşi lucru este valabil şi în cazul crizei pensionarilor şi a persoanelor în vârstă.

Mai mult, vidul existenţial ni se prezintă sub diverse măşti şi înfăţişări. Uneori, atunci când voinţa de sens este blocată, ea este compensată şi înlocuită de voinţa de putere, inclusiv de forma cea mai primitivă a acesteia - voinţa de bani. în alte situaţii, când voinţa de sens este blocată, locul ei este luat de voinţa de plăcere. Acesta este şi motivul pentru care frustrarea existenţială sfârşeşte adeseori într-o compensare sexuală. în astfel de cazuri putem observa cum libidoul sexual sfârşeşte în vidul existenţial.

Un lucru asemănător se întâmplă şi în cazul nevrozelor. Este vorba de anumite tipuri de mecanisme de feedback şi cercuri vicioase despre care voi vorbi mai târziu. în toate cazurile de nevroză se poate vedea cum simptomatologia invadează vidul existenţial, în care continuă să se dezvolte. în cazul acestor pacienţi nu avem de-a

face cu nevroze noogene. Totuşi, nu vom reuşi să facem pacientul să-şi depăşească starea dacă nu suplimentăm tratamentul psihoterapeutic cu logoterapia. Căci pacientul va fi ferit de noi recăderi tocmai prin umplerea vidului existenţial. De aceea, logoterapia este indicată nu doar în cazurile noogene, aşa cum am menţionat mai sus, ci şi în cele psihogene şi uneori chiar şi în (pseudo-)nevrozele somatogene. Privită în această lumină, afirmaţia făcută de Magda B. Arnold este îndreptăţită: „într-un fel, orice terapie, oricât de limitată, trebuie să fie şi o logoterapie."[26] Haideţi acum să vedem ce putem face dacă pacientul întreabă care este sensul vieţii lui.

[26] Magda B. Arnold şi John A. Gasson, The *Human Ferson,* Ronald Press, New York, 1954, p. 618. (n.aut_)

SENSUL VIEŢII

9

Mă îndoiesc că un medic poate răspunde în termeni generali la această întrebare, căci sensul vieţii diferă de la un om la altul, de la o zi la arta şi de la o oră la aha. De aceea, ceea ce contează nu este sensul vieţii în general, ci mai degrabă sensul specific al vieţii omului la un anumit moment dat. A formula întrebarea despre sensul vieţii în termeni generali s-ar asemăna cu următoarea întrebare pusă unui campion de şah: „Maestre, spuneţi-mi care este cea mai bună mutare de şah?" Ruptă de situaţia de joc concretă şi de personalitatea adversarului, o astfel de mutare—cea mai bună, sau măcar bună în sine însăşi, nu există. Acelaşi lucru este valabil si în cazul existentei umane.

> i •

Nu trebuie căutat sensul abstract al vieţii. Fiecare dintre noi are vocaţia sa proprie, misiunea sa proprie în viaţă de a duce la îndeplinire o anumită sarcină care se cere împlinită. De aceea, niciunul dintre noi nu poate fi înlocuit şi viaţa lui este irepetabilă. Aşadar, sarcina fiecăruia dintre noi este pe atât de unică, pe cât de unică este oportunitatea lui de a o împlini.

Deoarece fiecare situaţie de viaţă reprezintă o provocare şi o problemă pe care omul trebuie să o rezolve, putem răsturna modul în care formulăm problema sensului vieţii. în definitiv, omul nu trebuie să întrebe care este sensul vieţii sale, ci mai degrabă să recunoască faptul că *el* este cel întrebat. într-un cuvânt, fiecare om este chestionat de viaţă şi el poate răspunde vieţii doar *răspunzând pentru* propria sa viaţă; vieţii îi poate răspunde doar fiind responsabil. Astfel, logoterapia vede în responsabilitate însăşi esenţa existenţei umane.

ESENŢA EXISTENTEI » »

Accentul pus pe responsabilitate este reflectat de imperativul categoric al logoterapiei care sună astfel: „Trăieşte ca şi

cum ai trăi a doua oară, iar prima dată ai fi acţionat la fel de greşit pe cât eşti acum pe cale să o faci!" Mi se pare că nimic nu ar stimula mai mult sentimentul de

responsabilitate ca această maximă care îi cere omului să-şi imagineze mai întâi că prezentul este deja trecut şi mai apoi că trecutul poate fi încă schimbat şi îndreptat. Un astfel de precept îl confruntă pe om cu *finitu-dinea* şi *finalitatea* a ceea ce face atât cu viaţa sa, cât şi cu sine însuşi.

Logoterapia încearcă să-l facă pe pacient să fie pe deplin conştient de responsabilitatea sa. De aceea îi lasă pacientului alegerea pentru ce anume, faţă de ce sau faţă de cine anume înţelege el să fie responsabil. Acesta este motivul pentru care, dintre toţi psihoterapeuţii, logoterapeutul este cel mai puţin ispitit să impună judecăţi de valoare pacienţilor săi, căci el niciodată nu va îngădui pacientului să-i transfere medicului responsabilitatea de a judeca.

De aceea, rămâne la latitudinea pacientului să decidă dacă trebuie să-şi interpreteze sau nu sarcina sa în viaţă ca fiind responsabil faţă de societate sau faţă de propria sa conştiinţă. Există însă şi oameni care nu-şi interpretează viaţa în termenii unei sarcini care le-a fost trasată, ci în cei ai unei instanţe care le-a încredinţat sarcina respectivă.

Logoterapia nu înseamnă nici a învăţa, nici a predica. Ea este la fel de departe de gândirea logică, pe cât de departe este de impunerile morale. Dacă ar fi să exprimăm plastic rolul pe care îl joacă logoterapeutul, acesta este mai degrabă cel al unui specialist în boli de ochi, nu cel al unui pictor. Pictorul încearcă să ne transmită o imagine despre lume asa cum o vede el; oftalmologul încearcă să ne facă pe noi în stare să vedem lumea aşa cum este ea. Rolul logoterapeutului este să lărgească şi să extindă câmpul vizual al pacientului, astfel încât el să devină conştient de întregul spectru al sensului potenţial, iar acesta să îi fie vizibil.

Declarând că omul este responsabil şi că el trebuie să actualizeze sensul potenţial al vieţii sale, doresc să accentuez faptul că adevăratul sens al vieţii trebuie descoperit mai degrabă în lume decât în omul însuşi sau în psihicul său, ca şi cum el ar fi un sistem închis.[27] Am numit această trăsătură caracteristică „transcenderea de sine a existenţei umane".[28] Ea denotă faptul că a fi om indică întotdeauna spre ceva sau cineva diferit de sine însuşi şi că omul se îndreaptă spre ceva sau cineva diferit de sine însuşi, fie că este vorba despre un rost care trebuie împlinit, fie despre o persoană pe care trebuie să o cunoască. Cu cât omul se uită mai mult pe sine însuşi dăruindu-se unei cauze pe care o slujeşte sau unet persoane pe care o iubeşte, cu atât este mai om şi cu atât se actualizează mai mult pe sine. Ceea ce numim actualizare de sine nu este un lucru care să poată fi atins[29], pentru simplul motiv că, cu cât omul se străduieşte mai mult să-l atingă, cu atât mai puţin reuşeşte. Cu alte

[27] în concepţia antropologică a lui Frankl, omul nu este văzut ca un sistem închis ale cărui trăiri se petrec în propriul său psihic şi sunt rupte de restul lumii; dimpotrivă, Frankl vede omul ca pe un sistem deschis spre alţii, spre lucruri, spre lume, de aceea sensul vieţii sale nu îl poate găsi şi împlini decât în afara sa, în lume (ceea ce el numeşte transcendere de sine), (n.trad.)

[28] Deşi expresia folosită de Frankl ar putea fi tradusă la prima vedere prin *autotranscendere,* totuşi ea trebuie înţeleasă cu nuanţa specifică pe care i-o dă Frankl: *transcendere de sine* (germ. - Selbst-Transzendenz), pentru că outotranscenderea ar trimite mai ales la faptul că omul realizează el însuşi, *singur,* o anume transcendere, în vreme ce termenul folosit de Frankl se referă la faptul că omul se transcende pe sine însuşi, îndreptându-se spre ceva sau cineva diferit de sine însuşi, în care îşi găseşte sensul şi împlinirea. Omul se transcende pe sine ca urmare a faptului că el îşi caută rostul nu în sine, ci în afara sa, slujind o cauză mai înaltă decât sine însuşi sau iubind pe un altul diferit de sine însuşi, (n.trad.)

[29] Adică în mod direct, dacă actualizarea este urmărită ca scop în sine. (n.trad.)

cuvinte, actualizarea de sine este posibilă doar ca efect secundar al transcenderii de sine.

Până acum am arătat că sensul vieţii se schimbă mereu, dar că nu încetează să existe. Conform logoterapiei, putem găsi sensul în viaţă pe trei căi diferite: (I) creând sau înfăptuind ceva; (2) experimentând ceva sau cunoscând pe cineva; (3) prin atitudinea pe care o avem în faţa unei suferinţe inevitabile. Prima dintre aceste căi - aceea prin care realizăm sau îndeplinim ceva - este destul de evidentă.

Urmând cea de a doua cale, putem găsi sens în viaţă experimentând ceva - de pildă bunătatea, adevărul şi frumosul, admirând natura, bucurându-ne de cultură sau, nu în ultimul rând, cunoscând o altă fiinţă omenească în unicitatea ei, prin iubire.

SENSUL DRAGOSTEI

Dragostea este singurul mod în care putem cuprinde o altă fiinţă umană în nucleul cel mai lăuntric al personalităţii sale. Nimeni nu poate deveni pe deplin conştient de esenţa unei alte fiinţe omeneşti dacă nu o iubeşte. Dragostea ne face în stare să vedem trăsăturile şi caracteristicile esenţiale ale persoanei iubite; ba chiar mai mult, vedem potenţialul din persoana iubită care nu este încă actualizat. Mai mult, prin dragostea sa, cel care iubeşte îi permite persoanei iubite să îşi actualizeze potenţialul. Făcându-I pe cel iubit conştient de ceea ce poate fi şi deveni, el face ca aceste potenţialităţi să devină realitate.

In logoterapie, dragostea nu este interpretată ca un simplu epifenomen[30] al înclinaţiilor şi instinctelor sexuale, în sensul unei aşa-numite sublimări. Dragostea este un fenomen la fel de fundamental ca şi sexul. în mod normal, sexul este un mod de exprimare a iubirii. Sexul este îndreptăţit, ba chiar sanctificat,

[30] Un fenomen care se întâmplă ca rezultat al unui alt fenomen primar, (n.aut)

de îndată ce este un vehicul pentru dragoste şi numai atât timp cât rămâne astfel. Aşadar, dragostea nu este înţeleasă ca un simplu efect secundar al sexului; dimpotrivă, sexul este o modalitate de exprimare a trăirii acelei intimităţi supreme care se numeşte dragoste.

Cea de-a treia cale de a găsi sensul în viaţă este prin suferinţă.

SENSUL SUFERINŢEI

Nu trebuie să uităm niciodată că putem găsi un sens în viaţă chiar şi atunci când suntem confruntaţi cu o situaţie deznădăjduită, când avem de înfruntat o soartă pe care nu o mai putem schimba. Căci ceea ce contează atunci este să dăm dovadă de acel unic potenţial uman la cotele sale cele mai înalte, care constă în a transforma o tragedie personală într-un triumf, în a transforma o nenorocire într-o realizare omenească. Când nu mai putem schimba o situaţie - gândiţi-vă doar la o boală incurabilă, cum ar fi de pildă un cancer neoperabil - atunci suntem provocaţi să ne schimbam pe noi înşine.

Permiteţi-mi să vă dau un exemplu cât se poate de limpede: odată, un medic generalist în vârstă a apelat la mine din cauza unei depresii severe. Nu putea trece peste pierderea soţiei sale, care murise cu doi ani înainte şi pe care o iubise mai presus de orice. Dar cum puteam eu să-l ajut? Ce să-i spun? Ei bine, m-am abţinut să-i spun ceva la nimereală şi în schimb l-am confruntat cu întrebarea: „Doctore, ce s-ar fi întâmplat dacă ai fi murit dumneata primul şi soţia dum'itale ţi-ar fi supravieţuit?" „Oh, mi-a răspuns el, ar fi fost îngrozitor! Ce ar mai fi suferit!" Atunci i-am replicat: .Vezi, doctore, soţia dumrtale a fost cruţată de o astfel de suferinţă, şi negreşit că tu eşti acela care ai cruţat-o, cu preţul faptului că tu îi supravieţuieşti şi o jeleşti." Nu mi-a răspuns absolut nimic, dar mi-a strâns mâna

şi a părăsit liniştit cabinetul meu. într-un fel, suferinţa încetează să mai fie suferinţă din clipa în care îşi găseşte un sens, ca de pildă sensul sacrificiului.[31]

Desigur, n-a fost vorba despre o terapie în sensul adevărat al cuvântului, pentru că, în primul rând, disperarea sa nu era o boală, şi în al doilea rând, eu nu puteam să-i schimb soarta; nu puteam să-i readuc la viaţă soţia. Dar din clipa în care am reuşit să îi schimb *atitudinea* faţă de soarta pe care n-o mai putea schimba, el a putut cel puţin să vadă sensul suferinţei sale. Aceasta este una dintre tezele de bază ale logoterapiei, anume că preocuparea principală a omului nu este aceea de a-şi satisface plăcerea sau de a evita durerea, ci mai degrabă de a vedea că viaţa lui are sens. De aceea, omul este gata şi să sufere, cu condiţia - negreşit - să fie sigur că suferinţa lui are un sens.

Daţi-mi voie să spun cât se poate de clar faptul că suferinţa nu este sub nicio formă *necesară* pentru a găsi sensul. Dar insist asupra faptului că sensul este posibil în pofida suferinţei, dacă, desigur, suferinţa este inevitabilă. Dacă ea *poate fi* însă evitată, cel mai plin de sens lucru este să îi îndepărtăm cauza, fie ea una psihologică, filozofică sau politică. A suferi fără să fie nevoie este o chestiune mai degrabă de masochism decât de eroism.

Edith Weisskopf-Joelson, care era profesor de psihologie la Universitatea din Georgia, a afirmat într-un articol despre logoterapie că „filozofia noastră cea de toate zilele despre igiena mintală accentuează faptul că omul trebuie să fie fericit,

[31] într-o conferinţă televizată (Africa de Sud, 1985), Frankl face următoarea afirmaţie: „Daţi-mi voie să vă confrunt cu o definiţie, întrucâtva stranie, a disperării. Disperarea poate fi pusă într-o formulă matematică: Dfisperarea] = S[uferinţă] - S[ens], adică disperarea este o *suferinţă fără sens*". De îndată ce omul găseşte un sens pentru suferinţa lui sau un sens pentru viaţa sa în pofida suferinţei, el devine capabil să o îndure şi nu ajunge la disperare, (n. trad.)

că nefericirea este un semn de inadaptare. Un astfel de sistem de valori ar putea fi răspunzător de faptul că povara nefericirii care nu poate fi evitată este sporită de nefericirea de a fi *nefericit*."[32] Iar într-un alt articol şi-a afirmat speranţa că logoterapia „poate ajuta la contracararea unor curente nesănătoase din cultura de azi a Statelor Unite, unde suferindului incurabil i se dau prea puţine şanse de a se simţi mândru de suferinţa sa şi de a o consideraînnobilantă, iar nu înjositoare[33], astfel încât el nu numai că este nefericit, ci se simte şi vinovat că nu este fericit".

Sunt situaţii când omul nu mai poate să lucreze sau să se bucure de viaţă; căci inevitabiljtâtea suferinţei nu poate fi niciodată controlată. Acceptând provocarea de a suferi cu curaj, viata are sens până la ultima sa clipită şi îşi păstrează literalmente sensul până la capăt. Cu alte cuvinte, sensul vieţii este unul necondiţionat, pentru că include chiar şi sensul potenţial al suferinţei ce nu poate fi evitată.

Permiteţi-mi să amintesc aici despre, probabil, cea mai profundă experienţă pe care am trăit-o în lagărul de concentrare. Şansele de supravieţuire erau de doar I la 28, fapt care poate fi uşor verificat pe baza statisticilor precise.[34] Nici măcar nu părea posibil, şi deci cu atât mai puţin probabil, ca manuscrisul primei mele cărţi, pe care îl ascunsesem sub haină când

[32] „Some Comments on a Viennese School of Psychiatry", The *Journal of Abnorma! and Social Psychology,* 51(1955), pp. 701 -3. (n.aut.)

[33] „Logotherapy and Existenţial Analysis", *Acta Psychothera-peutica,* 6 (1958), pp. 193-204. (n.aut.)

[34] în prima parte, narativă, a cărţii sale, *Experienţe din lagărul de concentrare,* Frankl vorbeşte despre şansa lui de supravieţuire ca fiind de „una la douăzeci". Nu putem şti cu certitudine de ce apare această diferenţă în text, dar putem emite ipoteza că, pe baza unor statistici precise, Frankl a aflat ulterior scrierii cărţii (în 1947) că şansele lui nu erau de una la douăzeci, cum le apreciase pe vremea când era în lagăr, ci de una la douăzeci şi opt. (n.trad.)

am ajuns la Auschwitz, să poată fi salvat. Prin urmare, trebuia să îndur şi să depăşesc pierderea acestui prunc al minţii mele. Părea deci că nimeni şi nimic nu-mi va supravieţui: nici măcar copilul propriei mele gândiri! Aşa că m-am trezit confruntat cu întrebarea dacă, în astfel de împrejurări, viaţa mea nu era cumva lipsită, în cele din urmă, de orice sens.

Nici nu aveam măcar habar că la întrebarea cu care mă confruntam atât de intens exista deja un răspuns care mă aştepta şi care urma să-mi fie oferit în curând. Acest lucru s-a întâmplat chiar în momentul când a trebuit să-mi predau hainele, primind în schimb zdrenţele ponosite ale unui tovarăş de lagăr care fusese deja trimis la camera de gazare imediat după sosirea lui în gara de la Auschwitz. în schimbul multelor pagini ale manuscrisului meu, am găsit în buzunarul noilor mele haine o pagină ruptă dintr-o carte evreiască de rugăciuni, pagină pe care se afla cea mai importantă rugăciune evreiască: Shema lsrael.[3S] Cum să fi interpretat eu o astfel de „coincidenţă" altfel decât ca pe provocarea de *a-mi trăi* convingerile, în loc doar de a le aşterne pe hârtie?

Imi amintesc că, ia scurt timp după aceea, avusesem impresia că voi muri în curând. în această situaţie critică, totuşi, eram preocupat de cu totul altceva decât de ceea ce îi preocupa pe cei mai mulţi dintre tovarăşii mei. Ei se întrebau: .Vom supravieţui oare lagărului? Căci dacă nu vom supravieţui, atunci nu are niciun rost să suferim", în vreme ce întrebarea care mă asalta pe mine era: „Toată această suferinţă şi moartea din jurul nostru au ele oare un sens? Căci, dacă nu au, atunci supravieţuirea n-are niciun rost; fiindcă o viaţă al cărei sens depinde de o astfel de împrejurare aflată la voia întâmplării - faptul dacă scăpăm sau nu - n-ar merita trăită, în cele din urmă."

[35] Crezul iudaic monoteist: „Ascultă, Israele! Domnul, Dumnezeul nostru, este singurul Domn." (Deuteronom 6,4). (n.trad.)

PROBLEME METACLINICE

Psihiatrul este abordat astăzi din ce în ce mai mult de pacienţi care îl pun mai degrabă în faţa unor probleme omeneşti decât a unor simptome nevrotice. Unii dintre cei care apelează astăzi la psihiatru ar fi apelat pe vremuri la un preot, la un pastor sau la un rabin. în zilele noastre, ei refuză adeseori să se adreseze unui conducător religios şi, în schimb, îl confruntă pe medic cu întrebări de genul: „Ce sens are viaţa mea?"

O LOGODRAMĂ

As dori să citez următorul exemplu: odată, mama unui băiat care murise la vârsta de I I ani a fost internată în secţia mea după o tentativă de suicid. Dr. Kurt Koucourek i-a adresat invitaţia de a participa la un grup terapeutic şi s-a nimerit că eu am intrat în încăpere chiar în timpul psihodramei pe care o conducea el. Femeia tocmai îşi istorisea viaţa. La moartea fiului ei rămăsese doar cu băiatul cel mai mare, handicapat, care suferea de pe urma unei paralizii infantile. Sărmanul băiat trebuia deplasat cu ajutorul unui scaun cu rotile. Ca atare, mama s-a revoltat împotriva sorţii. Când însă a încercat să se sinucidă împreună cu fiul său, tocmai acest copil handicapat a împiedicat-o; el iubea viaţa! Pentru el viaţa avea sens. De ce însă nu si pentru mama sa? Cum se putea ca viaţa ei să mai aibă totuşi rost? Si cum am fi riutut noi să o ajutăm să devină conştientă de sensul vieţii sale?

M-am amestecat în discuţie şi, improvizând, am întrebat o altă femeie din grup ce vârstă are, iar ea mi-a răspuns: „Treizeci de ani". Eu i-am replicat: „Nu, nu ai treizeci, ci optzeci de ani, si esti pe patul de moarte. Şi acum priveşti înapoi la viaţa ta, o viată în care n-ai avut copii, dar în care te-ai bucurat de succes financiar şi de prestigiu social." Am invitat-o să îşi imagineze

am ajuns la Auschwitz, să poată fi salvat. Prin urmare, trebuia să îndur şi să depăşesc pierderea acestui prunc al minţii mele. Părea deci că nimeni şi nimic nu-mi va supravieţui: nici măcar copilul propriei mele gândiri! Aşa că m-am trezit confruntat cu întrebarea dacă, în astfel de împrejurări, viaţa mea nu era cumva lipsită, în cele din urmă, de orice sens.

Nici nu aveam măcar habar că la întrebarea cu care mă confruntam atât de intens exista deja un răspuns care mă aştepta şi care urma să-mi fie oferit în curând. Acest lucru s-a întâmplat chiar în momentul când a trebuit să-mi predau hainele, primind în schimb zdrenţele ponosite ale unui tovarăş de lagăr care fusese deja trimis la camera de gazare imediat după sosirea lui în gara de la Auschwitz. în schimbul multelor pagini ale manuscrisului meu, am găsit în buzunarul noilor mele haine o pagină ruptă dintr-o carte evreiască de rugăciuni, pagină pe care se afla cea mai importantă rugăciune evreiască: Shema Israel.[35] Cum să fi interpretat eu o astfel de „coincidenţă" altfel decât ca pe provocarea de a-mi" *trăi* convingerile, în loc doar de a le aşterne pe hârtie?

Imi amintesc că, la scurt timp după aceea, avusesem impresia că voi muri în curând. în această situaţie critică, totuşi, eram preocupat de cu totul altceva decât de ceea ce îi preocupa pe cei mai mulţi dintre tovarăşii mei. Ei se întrebau: .Vom supravieţui oare lagărului? Căci dacă nu vom supravieţui, atunci nu are niciun rost să suferim", în vreme ce întrebarea care mă asalta pe mine era: „Toată această suferinţă şi moartea din jurul nostru au ele oare un sens? Căci, dacă nu au, atunci supravieţuirea n-are niciun rost; fiindcă o viaţă al cărei sens depinde de o astfel de împrejurare aflată la voia întâmplării - faptul dacă scăpăm sau nu - n-ar merita trăită, în cele din urmă."

[35] Crezul iudaic monoteist: „Ascultă, Israele! Domnul, Dumnezeul nostru, este singurul Domn." (Deuteronom 6,4). (n.trad.)

PROBLEME METACLINICE

Psihiatrul este abordat astăzi din ce în ce mai mult de pacienţi care îl pun mai degrabă în faţa unor probleme omeneşti decât a unor simptome nevrotice. Unii dintre cei care apelează astăzi la psihiatru ar fi apelat pe vremuri la un preot, la un pastor sau la un rabin. în zilele noastre, ei refuză adeseori să se adreseze unui conducător religios şi, în schimb, îl confruntă pe medic cu întrebări de genul: „Ce sens are viaţa mea?"

O LOGODRAMA

As dori să citez următorul exemplu: odată, mama unui băiat care murise la vârsta de 11 ani a fost internată în secţia mea după o tentativă de suicid. Dr. Kurt Koucourek i-a adresat invitaţia de a participa la un grup terapeutic şi s-a nimerit că eu am intrat în încăpere chiar în timpul psihodramei pe care o conducea el. Femeia tocmai îşi istorisea viaţa. La moartea fiului ei rămăsese doar cu băiatul cel mai mare, handicapat, care suferea de pe urma unei paralizii infantile. Sărmanul băiat trebuia deplasat cu ajutorul unui scaun cu rotile. Ca atare, mama s-a revoltat împotriva sorţii. Când însă a încercat să se sinucidă împreună cu fiul său, tocmai acest copil handicapat a împiedicat-o; el iubea viaţa! Pentru el viaţa avea sens. De ce însă nu si pentru mama sa? Cum se putea ca viaţa ei să mai aibă totuşi rost? Si cum am fi putut noj să o ajutăm să devină conştientă de sensul vieţii sale?

M-am amestecat în discuţie şi, improvizând, am întrebat o altă femeie din grup ce vârstă are, iar ea mi-a răspuns: „Treizeci de ani". Eu i-am replicat: „Nu, nu ai treizeci, ci optzeci de ani, si esti pe patul de moarte. Şi acum priveşti înapoi la viaţa ta, o viaţă în care n-ai avut copii, dar în care te-ai bucurat de succes financiar şi de prestigiu social." Am invitat-o să îşi imagineze

ce ar fi simţit într-o astfel de situaţie. „Ce ţi-ai spune ţie însăţi?" Daţi-mi voie să citez răspunsul ei aşa cum l-am înregistrat pe bandă în timpul acelei şedinţe terapeutice. „Oh, am fost măritată cu un milionar, am dus o viaţă uşoară, îmbelşugată şi am trăit-o la maximum! Am flirtat cu bărbaţi, i-am aţâţat cum mi-a plăcut! Insă acum am optzeci de ani, nu am copii şi, privind înapoi la viaţa mea, ca o femeie bătrână ce sunt, nu văd ce rost a avut. De fapt, trebuie să spun că viaţa mea a fost un eşec!"

Atunci am invitat-o pe mama copilului handicapat să-şi imagineze de asemenea că priveşte înapoi la viaţa *sa.* Haideţi să ascultăm ce a avut ea de zis, aşa cum a rămas înregistrat pe bandă: „Mi-am dorit să am copii şi dorinţa mi-a fost ascultată. Un băiat mi-a murit, iar celălalt, handicapat, ar fi ajuns într-o instituţie pentru handicapaţi dacă nu i-aş fi purtat eu de grijă. Deşi este handicapat şi neajutorat, el este, mai presus de toate, băiatul meu. Şi, astfel, am făcut să aibă parte de o viaţă mai bună; am făcut din fiul meu o fiinţă umană mai împlinită." în momentul acela a izbucnit în lacrimi şi, plângând, a continuat: „în ceea ce mă priveşte, pot privi împăcată înapoi la viaţa mea, pentru că viaţa mea a fost plină de sens şi m-am străduit din greu să o duc la bun sfârşit. Am făcut tot ce am putut mai bun pentru fiul meu. Viaţa mea n-a fost un eşec!" Privind la întreaga ei viaţă ca şi cum s-ar fi aflat pe patul de moarte, femeia a putut dintr-odată să vadă sensul vieţii ei, un rost care includea până şi întreaga ei suferinţă. Ca urmare, îi devenise limpede că până şi o viaţă scurtă ca aceea a băiatului său mort prematur putuse să fie atât de plină de bucurie şi de dragoste, încât avusese mai mult rost decât o viaţă de optzeci de ani.

După o vreme am continuat cu o altă întrebare, de data aceasta adresându-mă întregului grup. întrebarea era dacă o maimuţă folosită la dezvoltarea vaccinului antipoliomielitic şi care, din acest motiv, suferise nenumărate puncţii, ar fi fost în stare să priceapă vreodată sensul suferinţei sale. în unanimitate, întregul grup a răspuns că, desigur, nu ar fi putut. Cu inteligenţa ei limitată, nu ar fi putut pătrunde în lumea oamenilor, adică în singura lume în care sensul suferinţei ei ar fi putut fi desluşit. Atunci am împins lucrurile şi mai departe, întrebând: „Dar în ceea ce-l priveşte pe om? Sunteţi siguri că lumea noastră omenească este punctul terminus în devenirea cosmosului? Ne este oare cu neputinţă să concepem că mai există încă o altă dimensiune, o lume dincolo de lumea omului, o lume în care întrebarea despre sensul ultim al suferinţei umane şi-ar găsi răspunsul?"

SENSUL SUPREM

în mod necesar, sensul ultim depăşeşte capacităţile intelectuale finite ale omului. în acest context, în logoterapie vorbim despre un supersens. Ceea ce i se cere omului nu este, aşa cum învaţă unii filozofi existenţialişti, să îndure lipsa de sens a vieţii, ci mai degrabă să îşi suporte incapacitatea de a pricepe în termeni raţionali sensul necondiţionat al vieţii. *Logosul* este mai profund decât logica.

Un psihiatru care sare peste conceptul de suprasens va fi, mai devreme sau mai târziu, stânjenit de pacienţii săi, aşa cum mi s-a întâmplat şi mie când fetiţa mea, la vârsta de şase ani, m-a întrebat: „De ce vorbim noi despre *bunul* Dumnezeu?" La care eu i-am spus: „Cu câteva săptămâni în urmă ai fost bolnavă de pojar şi *bunul* Dumnezeu te-a vindecat complet." Totuşi, fetiţa n-a fostTnulţumită şi mi-a replicat: „Bine, tăticule, dar nu uita, te rog, că în primul rând mi-a trimis pojarul!"

Când pacientul stă pe terenul solid al credinţei, nu se poate obiecta împotriva utilizării efectului terapeutic al convingerilor sale religioase şi, prin urmare, nici împotriva apelării la resursele sale spirituale. Pentru a putea face acest lucru, psihiatrul trebuie să se pună în locul pacientului. Este exact ceea ce am făcut

şi eu odată, de pildă, când un rabin din Europa de Est a venit si mi-a spus povestea sa. îşi pierduse soţia şi cei şase copii în lagărul de concentrare de la Auschwitz, unde fuseseră gazaţi, iar acum descoperise că cea de-a doua soţie era sterilă. Am făcut o remarcă, cum că procrearea nu este singurul rost în viaţă, căci atunci viaţa însăşi ajunge lipsită de sens, iar unui lucru lipsit de sens nu i s-ar putea da un sens prin simpla lui perpetuare. Totuşi, rabinul îşi evalua situaţia în termenii disperării, în calitatea sa de evreu ortodox, disperarea lui fiind generată de faptul că nu avea un fiu care să poată spune Kaddish[36] pentru el, după moartea sa.

Dar nici eu nu m-am dat bătut şi am făcut o ultimă încercare de a-l ajuta, întrebându-l dacă nu spera să îşi revadă cei şase copii în Cer. La întrebarea mea a izbucnit în lacrimi, si atunci a ieşit la iveală adevăratul motiv al deznădejdii sale: mi-a explicat că, de vreme ce copiii săi au murit ca martiri nevinovaţi[37], ei au fost găsiţi

vrednici de cel mai înalt loc din Cer, pe când el, un om bătrân şi păcătos, nu se putea aştepta să ajungă în acelaşi loc. Totuşi, n-am renunţat şi i-am replicat: „Rabbi, este chiar de neconceput că tocmai acesta este rostul pentru care ai supravieţuit copiilor tăi - ca să fii purificat prin aceşti ani de suferinţă astfel încât, deşi nu la fel de nevinovat ca şi copiii tăi, totuşi *să devii* vrednic de a-i întâlni în Ceruri? Nu este scris oare în Psalmi că Dumnezeu păstrează toate lacrimile noastre?[38] Aşa că, probabil, niciuna dintre suferinţele tale nu a fost zadarnică." Pentru prima dată după atâta vreme, s-a simţit

[36] *Kaddish (sfânt,* în aramaică) este o rugăciune de glorificare şi sfinţire a Numelui lui Dumnezeu, foarte asemănătoare psalmilor de laudă din Vechiul Testament *(Tanach).* (n.trad.)

[37] *L'kiddush hashem,* i.e., pentru preamărirea Numelui lui Dumnezeu, (n.aut.)

[38] „Tu numeri paşii vieţii mele de pribeag; pune-mi lacrimile în burduful Tău: nu sunt ele scrise în Cartea Ta?" (Psalmul 56,8). (n.aut)

mângâiat în suferinţa sa datorită acestui nou punct de vedere pe care i l-am putut oferi.

EFEMERITATEA VIEŢII

Lucrurile care par să despoaie de sens viaţa omului includ nu numai suferinţa, ci şi moartea. Nu încetez să repet că singurele aspecte ale vieţii cu adevărat efemere sunt potenţialită-ţile; dar, de îndată ce sunt actualizate, ele devin realitate în chiar acel moment; sunt salvate şi Ijyrate trecutului, unde sunt în siguranţă şi ferite de efemeritate. Căci în trecut nimic nu este pierdut definitiv, ci totul este depozitat în mod irevocabil.

Astfel, efemeritatea existenţei noastre cu niciun chip nu o face să fie fără sens. Dimpotrivă, ea întemeiază responsabilitatea noastră, căci totul pivotează în jurul faptului de a deveni conştienţi că posibilităţile sunt în mod esenţial tranzitorii. Omul alege permanent din mulţimea de potenţialităţi prezente; pe care dintre acestea le va condamna la nefiinţă şi pe care le va actualiza? Ce alegere va deveni realitate o dată pentru totdeauna, o nemuritoare „urmăîn nisipul timpului"? în fiecare clipă, omul trebuie să decidă, fie în bine, fie în rău, cum va fi monumentul existenţei sale.

De obicei, fireşte că omul ia în considerare numai miriştea efemerităţii şi trece cu vederea grânarele pline ale trecutului în care şi-a salvat o dată pentru totdeauna faptele, bucuriile, dar şi suferinţele. Nimic nu mai poate fi nimicit; nimic nu mai poate fi destrămat. Aş spune că *a fi fost* este cel mai sigur mod de a fi.

Logoterapia, ţinând cont de efemeritatea fundamentală a existenţei umane, nu este pesimistă, ci activistă.[39] Ca să exprimăm în mod plastic asta, am putea spune că pesimistul se

[39] Un mod de a fi energic, viguros, o atitudine optimistă şi pro-activă faţă de viaţă, (n.trad.)

aseamănă cu un om care se uită cu teamă şi tristeţe cum calendarul său de perete, din care rupe în fiecare zi câte o pagină, devine tot mai subţire cu fiecare zi. Pe de altă parte, persoana care atacă problemele vieţii în mod activ este asemenea unui om care dă la o parte următoarea filă a calendarului şi o aşază frumos, cu grijă, dimpreună cu cele rupte mai înainte, după ce a aşternut pe spatele ei câteva note despre ziua respectivă. El poate reflecta plin de mândrie şi satisfacţie la întreaga bogăţie cuprinsă în aceste note, la întreaga sa viaţă, pe care a trăit-o la maximum. Ce va mai conta pentru el dacă observă că îmbătrâneşte, are el vreun motiv să-i invidieze pe tinerii pe care-i vede sau să se gândească plin de nostalgie la tinereţea sa pierdută? Pentru ce să invidieze o persoană tânără? Pentru posibilităţile pe care aceasta le are, pentru viitorul care îi stă înainte? „Nu, mulţumesc" îşi va zice el. „în locul posibilităţilor, eu am realitatea trecutului meu, nu numai realitatea muncii depuse şi a iubirii trăite, ci şi a suferinţelor suportate cu curaj. Aceste suferinţe sunt chiar lucrurile de care mă simt cel mai mândru, deşi nu sunt de invidiat".[40]

LOGOTERAPIA CA TEHNICĂ

O teamă reală, precum teama de moarte, nu poate fi potolită printr-o interpretare psihodinamică. Pe de altă parte, o teamă nevrotică, precum agorafobia, nu poate fi vindecată printr-o înţelegere filozofică. Totuşi, logoterapia a pus la punct

[40] Evident, aici Frankl vorbeşte despre sine însuşi, acestea sunt punctul său de vedere şi mărturisirea sa de credinţă la 79 de ani; ceea ce nu înseamnă că această atitudine nu ar fi de găsit şi în viaţa altora sau că posibilitatea unei astfel de atitudini nu rămâne deschisă multor altora. Frankl chiar face, prin mărturisirea sa, o invitaţie către cititor de a îmbrăţişa acelaşi punct de vedere, (n.trad.)

o tehnică specială pentru a trata şi astfel de cazuri. Pentru a înţelege ce se întâmplă când este folosită tehnica respectivă, să luăm ca punct de plecare o tulburare care se observă fre-vent la indivizii nevrotici, respectiv aşa-numita anxietate antici-patorie. Caracteristic pentru această teamă este faptul că produce exact lucrul de care pacientul se teme. De pildă, persoana căreia îi este teamă că va roşi când intră într-o sală unde va da ochii cu o mulţime de oameni va fi de fapt mult mai predispusă să roşească în astfel de împrejurări. în acest context, am putea modifica zicala „dorinţa este maica gândului" în „teama este maica evenimentului":

Ca o ironie a sorţii, în acelaşi mod în care teama face să se întâmple exact lucrul de care omul se teme cel mai tare, tot astfel, intenţia forţată face imposibil tocmai lucrul pe care omul si-l doreşte cu tot dinadinsul. Această intenţie excesivă sau, asa cum o numesc eu, „hiperintenţie" poate fi observată în special în cazurile de nevroză sexuală. Cu cât un bărbat încearcă mai mult să-şi demonstreze potenţa sexuală sau cu cât o femeie încearcă din răsputeri să-şi dovedească capacitatea ei de a experimenta orgasmul, cu atât mai puţin reuşesc amândoi s-o facă. Plăcerea este şi trebuie să rămână un efect secundar sau un subprodus, fiind nimicită şi distrusă cu atât mai mult cu cât devine un scop în sine.

Pe lângă intenţia excesivă descrisă mai sus, atenţia excesivă sau „hiperreflecţia", aşa cum o numim în logoterapie, poate să fie şi ea patogenă (adică să ducă la boală). Următorul raport clinic va demonstra ceea ce vreau să zic. O tânără s-a prezentat la mine plângându-mi-se că este frigidă. în copilărie, fusese abuzată sexual de tatăl său. Totuşi, nu această experienţă traumatizantă o condusese la nevroză sexuală, după cum s-a putut evidenţia foarte uşor, căci a ieşit la iveală faptul că pacienta, citind cărţi psihanalitice de uz general, trăise în mod constant cu teama anticipatorie că experienţa traumatizantă din copilărie

îşi va cere tributul. Această anxietate anticipatorie a dus-o atât la intenţia excesivă de a-şi confirma feminitatea, cât şi la o atenţie excesivă îndreptată asupra sa însăşi, în loc să o fi directionat înspre partenerul ei. Acestea au fost de-ajuns să o împiedice să experimenteze plăcerea sexuală maximă, deoarece făcuse din orgasm atât obiectul intenţiei, cât şi al atenţiei sale, în loc ca el să rămână un efect al dăruirii neintenţionate şi al predării necondiţionate faţă de partener. După un scurt tratament logoterapeutic, atenţia şi intenţia ei excesive de a experimenta orgasmul au fost „dereflectate", ca să introducem un nou termen logoterapeutic. Când atenţia pacientei a fost redirectio-nată către obiectul potrivit, adică înspre partener, orgasmul s-a instalat de la sine în mod spontan.[41]

Logoterapia îşi fundamentează tehnica numită „intenţie paradoxală" pe un dublu fapt, şi anume că frica produce tocmai lucrul de care persoana se teme, iar hiperintenţia face imposibil tocmai lucrul pe care omul şi-l doreşte. în textele redactate în limba germană am descris intenţia paradoxală încă din anul I939.[42] în această abordare terapeutică, pacientul fobie este invitat să intenţioneze, chiar şi numai pentru o clipă, să facă tocmai lucrul de care se teme.

Permiteţi-mi să vă descriu un caz. Un tânăr medic a apelat la mine din cauza fricii lui de a transpira. Ori de câte ori se

[41] Pentru tratarea cazurilor de impotenţă sexuală, a fost pusă la punct o tehnică logoterapeutică specifică, bazată pe teoria hiperin-tenţiei şi hiperreflecţiei (hiperatenţiei), aşa cum am creionat-o mai sus. (Viktor E. Frankl, „The pleasure principie and sexual neurosis", *The internaţional journal of sexology,* vol.5, nr. 3 [1952] pp. 128-130). Desigur, nu putem trata aici teoria respectivă, în această scurtă prezentare a principiilor logoterapiei. (n.aut)

[42] Viktor E. Frankl, „Zur medikamentosen Unterstiitzung der Psychotherapie bei Neurosen", *Schweizer Archiv fur Neurologie und Psychiatrie,* voi. 43, pp. 26-31. *Psychiatrie,* voi. 43, pp. 26-31. (n.aut.)

aştepta la o răbufnire a transpiraţiei, această anxietate anticipatorie a sa era de-ajuns ca să precipite o transpiraţie excesivă. Pentru a putea rupe cercul vicios, l-am sfătuit pe pacient, în eventualitatea că s-ar întâmpla din nou să transpire, să decidă în mod deliberat să le arate celor din jur cât de mult poate el să transpire. O săptămână

mai târziu a revenit pentru a-mi spune că, de fiecare dată când se întâlnise cu o persoană care îi declanşa teama anticipatorie, îşi zisese: „Până acum transpiram doar un litru, ei bine acum am de gând să scot din mine cel puţin de zece ori mai multă sudoare!" Rezultatul a fost că, după ce suferise de această fqbiş Vreme de patru ani, acum, după o singură şedinţă terapeutică, reuşise să se elibereze de teama sa în numai o săptămână.

Cititorul va remarca faptul că procedura constă în răsturnarea atitudinii pacientului, frica sa fiind înlocuită de o dorinţă paradoxală. Graţie acestui tratament, se ia tocmai vântul din pânzele anxietăţii.

Totuşi, o astfel de procedură trebuie să se folosească de acea capacitate specific umană de detaşare faţă de sine însuşi, inerentă simţului umorului. Această capacitate fundamentală a omului de a se detaşa de sine se actualizează ori de câte ori se aplică tehnica logoterapeutică pe care o numim intenţie paradoxală. în acelaşi timp, pacientul devine capabil să aşeze o distantă între sine şi nevroza sa. în cartea lui Gordon W. Allport, The *Individual and his Religion,* găsim o afirmaţie în acord cu acest fapt „Nevroticul care învaţă să râdă de sine însuşi s-ar putea să se găsească pe drumul spre autocontrol şi, probabil, spre vindecare."[43] Intenţia paradoxală reprezintă validarea empirică şi aplicaţia clinică a afirmaţiei lui W. Allport.

Relatarea următoarelor cazuri va sluji la o mai bună clarificare a acestei metode. Următorul pacient era un contabil, care

[43] New York, The Macmillan Co., 1956, p. 92. (n.aut.)

fusese tratat de mai mulţi medici din diverse spitale, dar fără vreun succes terapeutic. La internarea în secţia mea, omul se găsea într-o stare de disperare extremă, mărturisind că era la un pas de a se sinucide. De câţiva ani suferea de crampa scriitorului, care în ultima vreme devenise atât de severă, încât omul era în pericol să-şi piardă slujba. Ca atare, numai o terapie imediată pe termen scurt ar fi putut să-i uşureze situaţia. La începutul tratamentului, dr. Eva Kozdera i-a recomandat pacientului să procedeze exact pe dos faţă de ceea ce făcuse până atunci, respectiv, în loc de a încerca să scrie cât mai frumos şi lizibil, să scrie cât mai neciteţ posibil. L-a sfătuit să îşi spună: „Acum am de gând să le arăt tuturor ce mâzgălituri grozave pot face!" Şi, din clipa în care pacientul aîncercatîn mod deliberat să mâzgălească, pur şi simplu n-a fost în stare s-o facă. „Am încercat să mâzgălesc, dar pur şi simplu n-am reuşit", a zis el a doua zi. Astfel, în doar 48 de ore, pacientul fusese eliberat de crampa scriitorului, şi a rămas astfel pe tot parcursul perioadei de observaţie ce a urmat tratamentului. Este din nou un om fericit şi pe deplin capabil să lucreze.

Un caz similar, în care era vorba nu de scris, ci de citit, mi-a fost trimis de către un coleg de la secţia ORL de la Vienna Poliklinik Hospital. Era cel mai sever caz de bâlbâială cu care se confruntase în îndelungaţii săi ani de practică medicală. După câte îşi amintea, pacientul suferise toată viaţa sa de bâlbâială, cu excepţia unei

singure împrejurări. Faptul se produsese pe când avea 12 ani, când, într-o zi, vrând să se plimbe cu autobuzul, fusese prins de controlorul de bilete. Atunci s-a gândit că singurul mod în care ar putea să scape ar fi să câştige simpatia controlorului arătându-i că are de-a face cu un sărman băiat bâlbâit. în clipa aceea, când a încercat să se bâlbâie, a fost incapabil să o facă. Fără să ştie, utilizase intenţia paradoxală, deşi nu în scop terapeutic.

Oricum, prezentarea de faţă nu trebuie să lase impresia că intenţia paradoxală este eficientă doar în cazuri monosimp-tomatice. Cu ajutorul acestei tehnici logoterapeutice, echipa mea de la Vienna Poliklinik Hospital a reuşit să aducă alinare chiar şi în nevroze obsesiv-compulsive dintre cele mai severe şi mai vechi. Mă refer, de pildă, la o doamnă de 65 de ani care suferise vreme de 60 de ani de o compulsie a spălatului. Dr. Eva Kozdera a început tratamentul logoterapeutic cu ajutorul intenţiei paradoxale, astfel încât două luni mai târziu pacienta era în stare să ducă o viaţă normală. La internarea în secţia de neurologie de la Vienna Poliklinik Hospital, ea ne mărturisea: .Viaţa mea a fost uri tea[1]." Handicapată din pricina compulsiei şi a obsesiei sale bacteriofobice, zăcea în pat ziua întreagă, nefiind în stare să desfăşoare nicio activitate prin casă. N-ar corespunde adevărului să spunem că astăzi este liberă de orice simptome, căci o obsesie poate oricând să-i reapară în minte. Totuşi, este în stare „să râdă de obsesia ei", după cum ea însăşi mărturiseşte; pe scurt, este în stare să aplice intenţia paradoxală.

intenţia paradoxală poate fi aplicată şi în cazul tulburărilor de somn. Teama că nu poate dormi[44] duce la hiperintenţia de a adormi care, la rândul ei, face ca pacientul chiar să nu poată adormi. Pentru a depăşi această frică, sfătuiesc de obicei pacientul să încerce nu să doarmă, ci mai degrabă să încerce să facă pe dos, adică să stea treaz cât mai mult timp posibil. Cu alte cuvinte, hiperintenţia de a adormi, care se naşte din teama anticipatorie a pacientului că nu este în stare să doarmă, trebuie înlocuită cu intenţia paradoxală de a nu adormi, care va fi urmată curând de somn.

[44] în majoritatea cazurilor, teama că pacientul nu poate dormi se datorează necunoaşterii de către acesta a faptului că organismul are grijă *el însuşi* să-şi asigure perioada minimă de somn de care are într-adevăr nevoie, (n.aut.)

Deşi intenţia paradoxală nu este un panaceu, rămâne, totuşi, un instrument util în tratarea tulburărilor obsesiv-compulsive şi fobice, în special în cazurile marcate de anxietate anticipatorie. Mai mult, ea este un instrument pentru terapia de scurtă durată. Totuşi, nu trebuie să se tragă concluzia că o astfel de terapie pe termen scurt are în mod necesar efecte terapeutice temporare. Una dintre „cele mai obişnuite iluzii ale ortodoxiei freudiene", ca să îl cităm pe Emil A. Gutheil, „este că durabilitatea rezultatelor depinde de lungimea terapiei".[45] în fişierele mele se găseşte de pildă un raport medical despre un pacient în cazul căruia am folosit intenţia paradoxală cu mai bine de 20 de ani în urmă, însă efectul terapeutic s-a dovedit a fi permanent.

Unul dintre lucrurile cele mai remarcabile este acela că intenţia paradoxală este eficientă indiferent de baza etiologică a cazului tratat. Asta confirmă o afirmaţie făcută cândva de Edith Weisskopf-Joelson: „Deşi psihoterapia tradiţională a insistat ca practicile terapeutice să fie întemeiate pe descoperirea etiologiei, este totuşi posibil ca în copilărie nevrozele să fie declanşate de anumiţi factori, în vreme ce cu totul alţi factori intervin ca să le suprime la vârsta adultă."[46]

în ce priveşte cauza actuală a nevrozelor, dincolo de elementele constitutive ale pacientului, fie ele de natură somatică, fie psihică, astfel de mecanisme de feedback, precum anxietatea anticipatorie, par să fie un factor patogen major. Unui anumit simptom îi corespunde o fobie, fobia declanşează simptomul, şi simptomul, la rândul său, întăreşte fobia. Un lanţ similar de evenimente se poate observa şi în cazurile obsesiv-compulsive în care pacientul se luptă cu ideile care îl bântuie.[47]

[45] *American Journal ofPsychotherapy,* 10(1956), p. 134. (n.aut.)

[46] „Some Comments on a Viennese School of Psychiatry", *The Journal ofAbnormal and Social Psychology,* 51(1955), pp. 701 -3. (n.aut)

[47] Acest fapt este adeseori motivat de teama pacientului că obsesiile sale indică o psihoză iminentă, dacă nu chiar una deja

De aceea, el le sporeşte puterea cu care îl tulbură, deoarece presiunea produce o contrapresiune. Iar simptomele sunt întărite din nou! Pe de altă parte, de îndată ce pacientul încetează să mai lupte cu obsesiile sale şi, în schimb, încearcă să le ridiculizeze tratându-le în mod ironic, aplicând intenţia paradoxală, *cercul vicios este întrerupt,* simptomele scad în intensitate şi, în cele din urmă, se atrofiază. în cazul fericit în care nu există un vid existenţial care să stimuleze şi să declanşeze simptomele, pacientul nu numai că va reuşi să-şi ridiculizeze teama nevrotică, ci va şi reuşi s-o ignore pe deplin, în cele din urmă.

După cum vedem, anxietatea anticipatorie trebuie contracarată printr-o intenţie paradoxală; hiperintenţia, ca şi hiper-reflecţia trebuie contracarate prin dereflecţie; dereflecţiaînsă nu este în cele din urmă posibilă decât prin orientarea pacientului către vocaţia sa specifică şi spre misiunea vieţii sale.[48] Nu preocuparea de sine a nevroticului, fie că este vorba de milă, fie de dispreţ, rupe cercul vicios. Cheia vindecării este transcen-derea de sine!

NEVROZA COLECTIVĂ

Fiecare epocă are propria sa nevroză colectivă şi are nevoie de propria sa psihoterapie pentru a-i face faţă. Vidul existenţial, care este nevroza de masă a prezentului, poate fi descris ca o formă privată şi personală de nihilism; căci nihilismul

[48] Această convingere este sprijinită şi de Allport, care a spus odată: „De îndată ce lupta se mută dinspre conflict înspre nişte scopuri altruiste, viaţa în întregul ei se ameliorează, chiar dacă nevroza s-ar putea să nu dispară niciodată complet" (op. cit, p. 95). (n.aut.)

poate fi definit drept acel punct de vedere care afirmă că existenţa nu are rost. în ceea ce priveşte psihoterapia, ea nu va fi niciodată în măsură să facă faţă acestei stări de lucruri pe scară largă, dacă nu se fereşte de impactul şi influenţa orientărilor contemporane ale filozofiei nihiliste; altminteri, ea va reprezenta un simptom al nevrozei colective în loc să-i fie de leac acesteia. Psihoterapia nu doar că va reflecta filozofia nihilistă, ci, totodată, deşi din nebăgare de seamă şi pe nesimţite, îi va comunica pacientului o imagine a omului care este mai degrabă o caricatură, decât adevărata sa imagine.

înainte de toate, există un pericol inerent în învăţătura despre „nimicnicia" omului, în teoria conform căreia omul nu este nimic mai mult decât rezultatul condiţiilor biologice, psihologice şi sociale sau produsul eredităţii şi al mediului. O astfel de concepţie despre om îl face pe nevrotic să creadă ceea ce este deja predispus să creadă, respectiv că el este un simplu pion şi o victimă a influenţelor exterioare sau a condiţiilor interne. Acest fatalism nevrotic este cultivat şi întărit de psihoterapia care neagă că omul este liber.

Fără îndoială că fiinţa umană este finită, iar libertatea sa este limitată. Nu este libertatea faţă de condiţii, ci este libertatea omului de a se împotrivi condiţiilor. Aşa cum m-am exprimat odată: „Ca profesor în două domenii, în neurologie şi psihoterapie, sunt pe deplin conştient de măsura în care omul este supus condiţiilor biologice, psihologice şi sociale. Dar, pe lângă faptul că sunt profesor în aceste două domenii, sunt şi supravieţuitor a patru lagăre - lagăre de concentrare adică - şi în această calitate pot să dau mărturie despre gradul neaşteptat de mare în care omul este capabil să sfideze şi să înfrunte chiar şi cele mai rele condiţii imaginabile."[49]

[49] „Value Dimensions In Teaching" - un film color pentru televiziune produs de Hollywood Animators Inc. pentru Californiajunior College Association. (n.aut.)

O CRITICĂ A PANDETERMINISMULUI

Adeseori, psihanaliza a fost blamată din pricina aşa-zisului său pansexualism. în ce mă priveşte, mă îndoiesc că un astfel de reproş a fost vreodată legitim. Totuşi, mi se pare că există o presupunere încă şi mai falsă şi mai periculoasă, respectiv aceea pe care eu o numesc „pandeterminism". Prin asta înţeleg acea viziune despre om care trece cu vederea capacitatea lui de a se împotrivi circumstanţelor, oricare ar fi acestea. Omul *nu* este pe deplin condiţionat şi determinat, ci mai degrabă se autodetermină, fie capitulând în faţa condiţiilor, fie împotri-vindu-se acestora. Cu alte cuvinte, omul, în mod fundamental, se autodetermină. Omul nu există pur şi simplu, ci întotdeauna decide cum va fi existenţa lui, ce anume va deveni el în clipa următoare.

Prin urmare, orice fiinţă umană are în fiecare clipă libertatea să se schimbe. De aceea putem să-i prezicem viitorul doar în cadrul larg al unui studiu statistic care se referă la un anumit grup de oameni. în orice caz, personalitatea unui individ rămâne în mod esenţial impredictibilă. Baza pentru realizarea unor preziceri este reprezentată de condiţiile biologice, psihologice sau sociologice. Totuşi, una dintre principalele

caracteristici ale existenţei umane este capacitatea omului de a se ridica deasupra acestor condiţii, de a creşte dincolo de ele. Omul este capabil să schimbe în mai bine lumea, dacă acest lucru este posibil, şi totodată este capabil să se schimbe pe sine însuşi în bine, dacă este nevoie.

Acesta a fost singurul om pe care l-am întâlnit în viaţa mea si pe care aş îndrăzni să îl numesc o fiinţă mefistofelică, o figură satanică. Pe vremea aceea era considerat „criminalul în masă de la Steinhof" (marele spital de boli mintale din Viena). Când naziştii şi-au început programul de eutanasiere, omul acesta deţinea toată puterea şi era într-atât de fanatic în ducerea la

îndeplinire a slujbei încredinţate, încât a făcut tot ce i-a stat în putinţă ca să nu lase nici măcar un singur bolnav psihic să scape de camera de gazare. După război, când m-am întors în Viena, am întrebat ce s-a întâmplat cu dr. J. - „A fost închis de ruşi în una dintre celulele de izolare ale spitalului Steinhof", mi s-a spus. „lotuşi, a doua zi, uşa celulei sale a fost găsită deschisă şi nimeni nu l-a mai văzut vreodată pe dr. J." Ulterior, am fost convins, asemenea altora, că a reuşit să fugă în America de Sud, ajutat fiind de tovarăşii săi. Totuşi, destul de recent[50] am fost căutat de un fost diplomat austriac care fusese întemniţat vreme îndelungată dincolo de Cortina de Fier, în Siberia, cât şi în faimoasa închisoare Lubianka din Moscova. în timp ce îi făceam un consult neurologic, acesta mă întrebă dintr-odată dacă mi s-a întâmplat să îl cunosc pe dr. J. La răspunsul meu afirmativ, el a continuat: „L-am cunoscut în închisoarea de la Liubianka. Acolo a şi murit, pe la vârsta de 40 de ani, de cancer la vezica urinară. înainte de a muri, însă, a fost cel mai bun tovarăş pe care ţi l-ai putea imagina! îi consola pe toţi. A trăit la cel mai înalt standard moral. A fost cel mai bun prieten pe care mi-a fost dat să îl întâlnesc în lungii mei ani de detenţie!"

Aceasta este povestea doctorului J. „criminalul în masă de la Steinhof".[51] Cum am putea îndrăzni noi să prezicem com-

[50] Aceste rânduri au fost scrise de dr. Viktor Frankl pentru ediţia din 1984 a cărţii sale, deci la circa 40 de ani după evenimentele relatate în pasajul de faţă. (n.trad.)

[51] Dr. J., dr. Erwin jekelius (1905-1952), care a organizat şi a participat direct la uciderea a mii de pacienţi la clinica Steinhof, din Viena. A fost arestat în 1945 de armata sovietică pentru crimele sale de război şi a murit de cancer la vezica urinară în închisoarea Lubianka, de lângă Moscova. La Steinhof nu numai că a exterminat adulţi, ci şi copii deopotrivă, arătându-se drept unul dintre cei mai nemiloşi şi zeloşi medici puşi în slujba politicii naziste. Printre metodele nenumărate pe care le-a folosit pentru exterminare a utilizat

portamentul omului? Putem prevedea mişcările unei maşinării, ale unui automat; chiar mai mult, am putea încerca să prezicem mecanismele sau „dinamica" *psihicului* uman. Dar omul este mai mult decât *psihe.*

Totuşi, nu libertatea are ultimul cuvânt. Libertatea este doar una dintre feţele monedei şi doar o jumătate a adevărului. Libertatea este doar aspectul negativ al întregului fenomen, al cărui aspect pozitiv este responsabilitatea. De fapt, libertatea este în pericol să degenereze într-un simplu capriciu dacă nu este vieţuită în termenii responsabilităţii. Acesta este motivul pentru care *am recomandat ca Ştpluii Libertăţii de pe Coasta de Est să îi fie adăugată o Statuie a Responsabilităţii pe Coasta de Vest.*[52]

CREZUL MEU PSIHIATRIC

Nu se poate concepe nimic care să îl condiţioneze într-atât de mult pe om, încât să îl lase fără nici cea mai mică urmă de libertate. De aceea, în cazurile nevrotice şi chiar în cele psiho-tice, omului tot îi rămâne o rămăşiţă de libertate, oricât ar fi ea de limitată. într-adevăr, nucleul cel mai lăuntric al personalităţii pacientului nu este nici măcar atins de psihoză.

O persoană psihotică incurabilă poate să îşi piardă capacitatea de a funcţiona, dar să îşi păstreze demnitatea sa de om.

[52] A Statelor Unite ale Americii. (n.trad.)

Acesta este crezul meu psihiatric. Fără el, aş considera că nu merită să fiu psihiatru. De dragul cui aş fi? Doar de dragul maşinăriei creierului, distrusă, care nu poate fi reparată? Dacă pacientul nu ar fi mai mult decât atât, eutanasia ar fi justificată.

PSIHIATRIA REUMANIZATĂ

Prea multă vreme - de fapt, timp de o jumătate de secol -psihiatria a încercat să interpreteze mintea omului mai degrabă ca pe un mecanism şi, în consecinţă, însăşi terapia bolilor mintale, mai degrabă în termenii unei tehnici. Eu cred că acest vis a fost nutrit îndeajuns de mult timp. Ceea ce începe să mijească acum la orizont nu sunt premisele unei medicine psihologizate, ci mai mult cele ale unei psihiatrii umanizate.

Totuşi, un medic care ar continua să îşi conceapă rolul în primul rând ca fiind unul de tehnician ar mărturisi, prin aceasta, că el nu vede în pacientul său nimic mai mult decât o maşinărie, în loc să perceapă, dincolo de boală, fiinţa lui umană!

Fiinţa umană nu este un lucru printre altele; *lucrurile* se determină unele pe altele, în vreme ce *omul* se autodetermină. Ceea ce el devine - în limitele înzestrării sale şi ale mediului în care se află - este ceea ce el a făcut din sine însuşi. în lagărele de concentrare, de pildă, în aceste laboratoare vii, în acest loc al încercărilor, am văzut şi mărturisim că unii dintre tovarăşii noştri s-au comportat asemeni porcilor, în vreme ce alţii s-au purtat ca sfinţii. Omul poartă în sine ambele potenţialităţi; pe care dintre acestea o actualizează depinde de deciziile sale, iar nu de condiţiile în care se găseşte.

Generaţia noastră este realistă, căci am ajuns să cunoaştem omul asa cum este el în realitate. în cele din urmă, omul este acea fiinţă care a inventat camerele de gazare de la Auschwitz!

Dar el este deopotrivă şi fiinţa care a intrat în aceste camere de gazare cu capul sus, cu rugăciunea *Tatăl nostru* sau *Shema Israel*[53] pe buzele sale.

[53] *Shema Israel* - crezul iudaic, aşa cum apare în *Thora* (evr. = *învăţătura),* alcătuită din primele 5 cărţi ale Vechiului Testament, atribuite lui Moise: „Să iubeşti pe Domnul, Dumnezeul tău, cu toată inima ta, cu tot sufletul tău şi cu toată puterea ta." (Deuteronom 6,5). (n.trad.)

Postfaţă din 1984

Pledoarie pentru optimismul tragic[54]

[54] Acest capitol se bazează pe o conferinţă pe care am ţinut-o la cel de-al Treilea Congres de Logoterapie la Universitatea Regens-burg, în Germania de Vest, în iunie 1983. (n.aut.)

în amintirea lui Edith Weisskppf-Joelson, ale cărei eforturi de pionierat în sfera logoterapiei în SUA au început încă din 1955 şi ale cărei contribuţii în domeniu au fost inestimabile.

înainte de toate, să ne întrebăm ce ar trebui să înţelegem prin „optimism tragic"? Pe scurt, înseamnă că cineva este şi rămâne optimist în pofida „triadei tragice", aşa cum este ea numită în logoterapie, triadă care este formată de acele aspecte ale existenţei umane care pot fi circumscrise de: (I) suferinţă, (2) vinovăţie, (3) moarte. De fapt, acest capitol ridică întrebarea: cum este posibil să spunem „da" vieţii[55] în pofida acestor lucruri? Sau, ca să formulăm altfel întrebarea: cum se poate ca viaţa să îşi păstreze sensul potenţial în pofida aspectelor sale tragice? în ultimă instanţă, „a spune da vieţii în pofida a orice",

[55] în cultura evreiască, viaţa reprezintă, după Dumnezeu, valoarea supremă. Nu întâmplător Frankl, provenind dintr-o familie aristocratică cu vechi tradiţii rabinice (Rashi, Mahalal), din partea mamei, va fi fost educat în spiritul preţuirii vieţii. Numai Dumnezeu are puterea să creeze şi să dea viaţă, deci numai El are dreptul să o ia. Această convingere fundamentală l-a ajutat pe Frankl să nu recurgă, în timpul detenţiei sale, la soluţia ultimă, „să nu se arunce în sârme". Evreii îşi urează frecvent şi toastează cu bucurie: Le *chaim!* - „Pentru viaţă!" (n.trad.)

ca să folosesc o frază care cuprinde titlul unei cărţi de-a mele scrisă în limba germană, presupune că viaţa are în mod potenţial sens în orice condiţii, chiar şi în cele mai nenorocite. Iar acest fapt, la rândul său, presupune capacitatea omului de a transforma în mod creativ aspectele negative ale vieţii în ceva pozitiv şi constructiv. Cu alte cuvinte, ceea ce contează este să scoţi ce-i mai bun din orice situaţie. Acest „ce-i mai bun" este ceea ce în limba latină se cheamă *optimum* - de aici şi motivul pentru care vorbesc despre un optimism tragic, adică despre un optimism în faţa tragediei, şi care se referă la potenţialul uman care, la cotele sale cele mai înalte, ne

permite întotdeauna: (I) să transformăm suferinţa într-o realizare omenească şi într-o împlinire umană, (2) să derivăm din vinovăţie şansa de a ne schimba în bine şi (3) să derivăm din efemeritatea vieţii un motiv de a trece în mod responsabil la acţiune.

Trebuie păstrat în minte, totuşi, faptul că optimismul nu este ceva ce poate fi comandat sau poruncit. Nimeni nu se poate constrânge nici măcar pe sine însuşi să fie optimist în mod necondiţionat, în pofida oricăror adversităţi, în absenţa oricărei nădejdi. Şi ceea ce este adevărat pentru speranţă este deopotrivă valabil şi pentru celelalte două componente ale triadei, întrucât nici credinţa şi nici dragostea nu pot fi comandate sau poruncite.

Europenii consideră drept caracteristic civilizaţiei americane faptul că omului i se porunceşte, mereu şi mereu, să fie fericit (be *happy).* Dar fericirea nu poate fi urmărită, ci ea poate doar să urmeze. Trebuie să ai un motiv pentru „a fi fericit". De îndată ce găseşti motivul, devii automat fericit. După cum vedem, omul nu este o fiinţă aflată în căutarea fericirii, ci mai degrabă a unui motiv de a fi fericit, prin actualizarea sensului potenţial, care este inerent unei anumite situaţii date şi care persistă în ea.

Această nevoie de a afla un motiv o regăsim şi într-un alt fenomen specific uman - râsul. Dacă vrei să faci pe cineva să râdă, trebuie să-i oferi un motiv, de pildă să-i spui o glumă. Cu niciun chip nu poţi provoca pe cineva să râdă, nici chiar pe tine însuţi, la comandă. A porunci râsul este similar cu a cere cuiva aflat în faţa aparatului de fotografiat să zâmbească, doar pentru a descoperi mai apoi, în fotografie, faţa aceluia îngheţată într-o grimasă artificială.

In logoterapie, un astfel de tipar comportamental se numeşte „hiperintenţie". Acesta joacă un rol important în producerea nevrozelor sexuale, fie că este vorba de frigiditate sau impotenţă. Cu cât pacientul, în loc să uite de sine însuşi dăruindu-se, se străduieşte maijrftult să ajungă la orgasm, respectiv la plăcere sexuală, cu atât această căutare a plăcerii sexuale îl împiedică mai mult să o atingă. într-adevăr, ceea ce numim „principiul plăcerii" este mai degrabă un inamic al distracţiei.

De îndată ce căutarea sensului este încununată de succes, nu numai că acest fapt îl face fericit, ci îi şi conferă omului capacitatea de a face faţă suferinţei. Dar ce se întâmplă atunci când căutarea sensului de către om se dovedeşte a fi fost zadarnică? Faptul poate să fie fatal. Să ne amintim ce se întâmplă în condiţii-limită, de pildă cu prizonierii de război sau cu cei din lagărele de concentrare. în primul caz, aşa cum mi-au relatat soldaţii americani, s-a cristalizat un tipar comportamental de tipul „las-o baltă". Acestuia îi corespunde, în lagărele de concentrare, comportamentul prizonierilor care, într-o bună zi, refuzau să se mai scoale la ora 5 dimineaţa şi să meargă la lucru, şi care rămâneau în barăci, pe priciul mustind a urină şi fecale. Nimic - nici avertizările, nici ameninţările - nu-i mai puteau face să-şi schimbe decizia. Şi, în clipele acelea, se petrecea ceva tipic: de undeva din fundul buzunarului scoteau o ţigară pe care o ţinuseră ascunsă până atunci şi începeau să fumeze. Atunci nouă,

celorlalţi, ne devenea limpede că în următoarele 48 de ore o să-i vedem murind. Orientarea lor către un sens

se diminua şi, în consecinţă, controlul îl prelua căutarea plăcerii imediate.

Nu ne aduce oare aceasta aminte de un fapt paralel, unul cu care ne confruntăm zi de zi? Mă gândesc la tinerii care, pe plan mondial chiar, vorbesc despre ei înşişi ca despre generaţia „fără viitor". Negreşit, nu la o ţigară apelează ei, ci la droguri.

De fapt, tabloul drogurilor este un aspect al unui fenomen de masă, respectiv sentimentul lipsei de sens, care este provocat de neîmplinirea nevoilor noastre existenţiale şi care a devenit, la rândul său, un fenomen universal în societatea noastră industrializată. Astăzi, nu numai logoterapeuţii afirmă că sentimentul lipsei de sens joacă un rol din ce în ce mai mare în etiologia nevrozei, aşa cum o spune Irvin D. Yallom de la Universitatea Stanford în *Existenţial Psychoterapy:* „Din 40 de pacienţi care necesită terapie într-o clinică psihiatrică... 12 (adică 30%) au probleme majore legate de găsirea sensului (aşa cum o arată atât autoaprecierile, cât şi terapeuţii şi diverşii analişti independenţi)."[56] La mii de kilometri distanţă de Palo Alto, situaţia diferă doar cu un procent; cele mai recente statistici pertinente indică faptul că în Viena 29% din populaţie se plânge că îi lipseşte sensul vieţii.

în ceea ce priveşte cauza sentimentului lipsei de sens, s-ar putea spune, deşi într-o manieră foarte simplificată, că oamenii au îndeajuns ca să trăiască, dar nu şi pentru ce să trăiască. Au mijloacele, dar le lipseşte sensul. Negreşit, unora le lipsesc chiar şi mijloacele. Mă gândesc, în speţă, la mulţimea de şomeri de astăzi. Cu 50 de ani în urmă am publicat un studiu[57] consacrat unui anumit tip de depresie pe care am observat-o la pacienţii tineri care sufereau de ceea ce eu am numit „nevroza

[56] Basic Books, New York, 1980, p. 448 (n.aut.)

[57] „Wirtschaftskrise und Seelenleben vom Standpunkt des Ju-gendberaters", *Sozialarztliche Rundschau,* Voi. 4 (1933), pp. 43-46. (n.aut.)

şomajului". Şi am putut arăta că această nevroză provenea într-adevăr dintr-o dublă identificare eronată: a fi fără serviciu era totuna cu a fi inutil, iar a fi inutil era totuna cu o viaţă fără sens. Ca urmare, ori de câte ori am reuşit să-i conving pe pacienţi să se implice ca voluntari în organizaţii de tineret, în educaţia adulţilor, în serviciul bibliotecilor publice şi alte asemenea, cu alte cuvinte, de îndată ce ei au început să-şi umple surplusul de timp liber cu nişte activităţi neplătite, dar pline de sens, depresia a dispărut, cu toate că situaţia lor economică nu s-a modificat, iar lipsurile lor au rămas aceleaşi. Adevărul este că omul nu trăieşte doar din ajutorurde şomaj.

Alături de nevroza şomajului, care este declanşată de situaţia socio-economică a individului, mai există şi alte tipuri de depresie ale căror cauze pot fi găsite în tulburările psihodina-mice sau biochimice, de la caz la caz. De aceea, atât

psihoterapia, cât şi farmacoterapia sunt indicate pentru fiecare în parte. Privitor la sentimentul lipsei de sens, nu trebuie să scăpăm din vedere şi să uităm faptul că acesta, *per se,* nu reprezintă o problemă de patologie. în loc să reprezinte un semn sau un simptom de nevroză, el este, aş spune, dovada umanităţii individului. Dar deşi sentimentul lipsei de sens nu este provocat de nimic patologic, el ar putea cauza o reacţie patologică. Cu alte cuvinte, este potenţial patogen. Să luăm doar sindromul nevrotic de masă, atât de răspândit în rândul tinerei generaţii: există ample dovezi empirice că cele trei faţete ale acestui sindrom - depresia, agresivitatea şi dependenţa - se datorează acelui fapt pe care în logoterapie îl numim „vid existenţial", un sentiment de gol lăuntric şi lipsă de sens.

Nu putem trece cu vederea faptul că nu toate situaţiile de depresie îşi au cauza în sentimentul lipsei de sens, nici chiar suicidul - la care depresia conduce uneori -, şi nici nu rezultă neapărat dintr-un vid existenţial. Dar, chiar dacă nu toate cazurile de suicid *presupun* un sentiment de lipsă de sens, se prea

poate ca impulsul individului de a-şi lua viaţa să fi putut fi *depăşit* dacă el ar fi devenit conştient că există un sens şi un scop pentru care merită să trăiască.

Dacă, deci, o puternică orientare către sens joacă un rol decisiv în prevenirea suicidului, ce putem spune despre intervenţia medicului în cazurile în care există un risc suicidar? In tinereţe, am lucrat vreme de patru ani în cel mai mare spital din Austria şi răspundeam de pavilionul unde se găseau pacienţii care sufereau de depresii severe, mulţi dintre ei fiind spitalizaţi după o tentativă de suicid. Cândva, am făcut un calcul din care rezulta că trebuie să fi consultat în jur de douăsprezece mii de pacienţi în aceşti patru ani. Am acumulat, deci, o experienţă care îmi foloseşte ori de câte ori am de-a face cu un pacient care este expus riscului de suicid. Unui astfel de om îi explic ceea ce pacienţii mi-au spus de nenumărate ori, respectiv cât de mulţumiţi sunt că încercarea lor de suicid a dat greş. La săptămâni, luni sau ani după tentativa lor de suicid, aceştia mi-au mărturisit că *exista* o soluţie la problema lor, un răspuns lâ întrebarea lor, un sens în viaţa lor. Şi îmi continui explicaţia astfel: „Chiar dacă numai în unu la mie din cazuri s-ar produce o astfel de schimbare în bine, cine ar putea garanta că nu se va întâmpla la fel şi în cazul tău, mai devreme sau mai târziu? Dar, mai înainte de toate, tu trebuie să trăieşti pentru a putea apuca ziua în care se va întâmpla acest fapt, deci trebuie să supravieţuieşti pentru a apuca zorii acelei zile, şi din momentul acesta responsabilitatea pentru a supravieţui îţi revine clipă de clipă."

Privitor la cea de a doua faţetă a sindromului nevrotic de

»

masă - agresivitatea -, permiteţi-mi să vă relatez experimentul pe care l-a făcut Carolyn Wood Sherif. Ea a reuşit să provoace în mod artificial agresivitate între nişte grupuri de băieţi cercetaşi şi a observat că agresivitatea s-a diminuat doar atunci când

adolescenţii s-au dedicat unui scop colectiv, de pildă scoaterea din noroi a unei căruţe cu care li se aducea mâncarea în tabără.

Brusc, ei nu numai că au fost provocaţi, ci şi uniţi de un rost pe care trebuiau să îl împlinească.[58]

In ceea ce priveşte al treilea element, dependenţa, îmi amintesc de descoperirile prezentate de Annemarie von Forst-meyer care observase că, aşa cum reieşea din experimente şi statistici, 90% dintre alcoolicii pe care îi avusese sub observaţie suferiseră de un sentiment abisal de lipsă de sens. Dintre cazurile de dependenţi de droguri studiate de Stanley Krippner, toţi dependenţii (100% din cazuri) considerau că „viaţa pare a fi fără rost!".

Acum haideţi să revenim la chestiunea sensului însuşi. Pentru început, aş dori să clarific faptul că, în primul rând, logoterapeutul se ocupă de sensul potenţial inerent care dormitează în fiecare situaţie de viaţă căreia individul trebuie să-i facă faţă. De aceea, nu voi discuta aici despre sensul vieţii omului în general, deşi nu contest faptul că există un astfel de sens pe termen lung. Voi apela la o analogie. Să ne gândim la un film - el este format din mii şi mii de cadre distincte, fiecare dintre acestea având logica şi semnificaţia sa proprie; totuşi, înţelesul filmului, în integralitatea lui, nu poate fi desluşit până ce nu vedem ultima secvenţă. Deopotrivă, nu putem înţelege filmul fără a desluşi mai întâi fiecare componentă a sa, fiecare cadru în parte. Nu este tot asa si cu viata? Sensul final al vieţii nu ni se revelează el

• * * >

oare, dacă este ca acest lucru să se întâmple, doar la capătul ei, în pragul morţii? Şi oare sensul acesta final al vieţii nu depinde el de faptul dacă fiecare sens potenţial, al fiecărei situaţii de viaţă în parte, a fost sau nu actualizat cel mai bine, în funcţie de cunoştinţele si credinţa omului?

[58] Pentru mai multe detalii privitoare la acest experiment, vezi Viktor E. Frankl, The *Unconscious God,* New York, Simon and Schuster, 1978, p. 140; şi Viktor E. Frankl, The *Unheard Cry for Mean-ing,* New York, Simon and Schuster, 1978, p. 36. (n.aut.)

Fapt este că, din punct de vedere al logoterapiei, sensul şi perceperea lui se găsesc în totalitate pe pământ; ele nici nu plutesc undeva, prin aer, şi nici nu sunt zăvorâte într-un turn de fildeş. Fără nicio ezitare, aş localiza cogniţia sensului - a sensului personal într-o situaţie concretă - la jumătatea drumului dintre o experienţă de tipul „aha",în acord cu concepţia lui Karl Buhler[59], şi o percepţie de tip Gestalt[60], să zicem în consens cu teoria lui Max Wertheimer.[61] Detectarea sensului se deosebeşte de conceptul clasic al percepţiei de tip Gestalt, întrucât aceasta din urmă implică luarea bruscă la cunoştinţă a unei „figuri" pe un „fundal", în vreme ce percepţia sensului, aşa cum o văd eu, se reduce în mod specific la conştientizarea posibilităţii de a te împotrivi condiţiilor sau, ca să o spunem în cuvinte

[59] Karl Buhler (1879-1963) - psiholog german, recunoscut pentru lucrările sale despre Gestalt. (n.trad.)

[60] în germană, Gestalt înseamnă „formă", „chip", „figură". în engleză este folosit adeseori cu sensul de „întreg" sau „integralitate". Psihologia Gestaltului susţine că principiul de funcţionare a creierului este unul holistic, paralel şi analog, având tendinţa de a se auto-organiza şi că întregul este mai mult decât suma părţilor care îl alcătuiesc. Efectul Gestaltului se referă la capacitatea simţurilor noastre de a da formă, în special când e vorba de recunoaştere vizuală a formelor, figurilor, înfăţişărilor privite în ansamblul lor şi care reprezintă altceva decât suma elementelor componente. Cu toţii vom fi trăit surpriza descoperirii pe fondul unui cer plin de nori chipuri de oameni, de animale sau de plante, pe care le-am perceput brusc, dintr-odată, fără să fi trebuit să tragem concluzii logice pe baza elementelor lor componente (linii curbe sau drepte). Acest principiu holistic se află în contrast cu cel „atomist", pe care îl întâlnim la funcţionarea calculatorului digital care desparte fiecare calcul într-o secvenţă de paşi simpli, fiecare dintre aceştia fiind procesat separat de restul problemei de rezolvat, (n.trad.)

[61] Max Wertheimer (1880-1943), unul dintre cei trei fondatori ai psihologiei Gestaltului, împreună cu Wolfgang Kohler şi Kurt Koffka. (n.trad.)

simple, la faptul de a deveni conştient de ceea ce se poate face într-o anumită situaţie.

Aşadar, cum ajunge omul să *găsească* sensul? Aşa cum afirmă Charlotte Buhler: „Tot ce putem face este să studiem viaţa acelor oameni care par să fi găsit răspunsuri la întrebările ultime ale vieţii, în contrast cu cei care nu au reuşit acest lucru."[62] în plus, pe lângă o astfel de abordare biografică, putem luaîn considerare şi o abordare biologică. Logoterapia concepe conştiinţa ca pe un indicator care ne arată în ce direcţie trebuie să ne mişcăm într-o anumită situaţie de viaţă. Pentru a putea îndeplini o astfel de misiune, conştiinţa trebuie să se folosească de un etalon la care să raporteze situaţia cu care se confruntă persoana, iar situaţia respectivă trebuie evaluată prin prisma unui anumit set de criterii, în lumina unei scări de valori. Aceste valori însă nu pot fi îmbrăţişate şi adoptate de noi la nivel conştient - ele sunt ceea ce noi *suntem.* S-au cristalizat în decursul evoluţiei speciei noastre şi sunt înrădăcinate în trecutul nostru biologic. Konrad Lorenz trebuie să fi avut ceva asemănător în minte când a dezvoltat conceptul unui *a priori* biologic, iar când, de curând, am dezbătut punctul meu de vedere referitor la fundamentul biologic al procesului de valorizare, şi-a exprimat plin de entuziasm acordul. în orice caz, dacă există o înţelegere de sine axiologică prereflexivă[63], putem presupune că aceasta este ancorată, în ultimă instanţă, în moştenirea noastră biologică.

[62] „Basic Theoretical Concepts of Humanistic Psychology", *American Psychologist,* XXVI (aprilie, 1971), p. 378. (n.aut.)

[63] Frankl face referire aici la o înţelegere de sine care precede reflecţia conştientă, raţională, logică şi care se produce la nivel subconştient. El are în vedere tocmai faptul că reflecţia conştientă, raţională, este precedată şi se întemeiază pe procesul prereflexiv, subconştient, (n.trad.)

Aşa cum ne învaţă logoterapia, există trei căi principale pe care se ajunge la sens în viaţă. Prima constă în a crea ceva sau a săvârşi o faptă. A doua constă în a experimenta ceva sau a fi în relaţie cu cineva; cu arte cuvinte, sensul poate fi găsit nu doar în muncă, ci şi în dragoste. în acest context, Edith Weiss-kopf-Joelson a observat că „noţiunea logoterapeutică referitoare la experimentarea a ceva poate să fie la fel de valoroasă pe cât de terapeutică este noţiunea de a face ceva anume, pentru că restabileşte echilibrul în raport cu accentul pe care îl punem pe lumea exterioară, a realizărilor, în defavoarea lumii lăuntrice, a experienţei[64].

Totuşi, cea mai importantă este cea de-a treia cale care conduce spre sens în viaţă: chiar şi victima cea mai neajutorată aflată în situaţia cea mai deznădăjduită, confruntată cu o soartă pe care n-o mai poate schimba, se poate înălţa mai presus de sine, poate creşte dincolo de sine însăşi şi, astfel, se poate schimba pe sine. Un astfel de om poate transforma o tragedie personală într-o victorie. Din nou, Edith Weisskopf-Joelson este cea care, aşa cum am menţionat anterior la pagina 126, a dat expresie speranţei că logoterapia „ne poate ajuta să contracarăm anumite curente nesănătoase din cultura de astăzi a Statelor Unite, care îi acordă omului aflat în suferinţă şansa

* »

prea mică de a fi mândru de suferinţa sa şi de a ajunge, astfel, să o considere ca ducând la înnobilarea, iar nu la înjosirea lui", aşa încât respectivul „nu numai că este nefericit, ci se simte şi vinovat că nu este fericit".

Vreme de un sfert de secol am condus secţia de neurologie a unui mare spital şi pot depune mărturie despre capacitatea pacienţilor mei de a transforma necazurile lor în realizări personale. Pe lângă experienţa mea practică, există şi alte

[64] „The Place of Logotherapy in the World Today", *The International Forum for Logotherapy,* voi. I, nr. 3 (1980), pp. 3-7. (n.aut.)

evidenţe empirice care susţin posibilitatea omului de a găsi un sens în suferinţă. Cercetătorii de la Yale University School of Medicine „au fost impresionaţi de mulţimea prizonierilor de război americani din Vietnam care, deşi au afirmat limpede că prizonieratul lor a fost extraordinar de stresant - înţesat de torturi, boli, foamete şi izolare la carceră-totuşi... au beneficiat de pe urma experienţei prizonieratului, pe care l-au privit ca pe o etapă în creşterea personală".[65]

Dar cele mai puternice argumente în favoarea unui „optimism tragic" sunt acelea care, în limba latină, se numesc orgu-*menta ad hominem.* Jerry Long, ca să dau doar un exemplu, stă mărturie vie în favoarea „puterii de împotrivire a spiritului

uman", aşa cum o numim în logoterapie.[66] Citez din *Texarkana Gazette:* „Jerry Long a paralizat de la gât în jos, într-un accident suferit în urma unei sărituri în apă, care l-a transformat într-o persoană quadriplegică acum trei ani. La momentul accidentului avea 17 ani. Astăzi, Long poate bate la maşină cu ajutorul unui băt pe care-l ţine între dinţi. «Participă» la două cursuri la Comu-nity College cu ajutorul unui aparat telefonic special. Intercomul îi permite lui Long şi să audieze cursurile, dar şi să ia parte la discuţiile clasei. Totodată, îşi ocupă timpul citind, privind la tv si scriind". într-o scrisoare pe care am primit-o, el îmi spunea: „îmi văd viaţa plină de sens şi având un scop. Atitudinea pe care am adoptat-o în ziua aceea fatală a devenit crezul meu personal de viaţă: mi-am frânt gâtul, dar eu nu m-am frânt. în prezent, fac primul meu curs de psihologie la colegiu. Cred că handicapul meu îmi va dezvolta doar capacitatea de a-i ajuta

[65] W. H. Sledge, J. A. Boydstun şi A. J. Rabe, „Self-Concept Changes Related to War Captivity", Arch. Gen. *Psychiatry,* 37(1980), pp. 430-443. (n.aut.)

[66] „The Defiant Power of the Human Spirit" este titlul unei conferinţe susţinute de Jerry Long la al treilea Congres Mondial de Logoterapie, în iunie 1983. (n.aut.)

pe alţii. Ştiu că, fără suferinţă, creşterea personală pe care am înregistrat-o nu ar fi fost cu putinţă".

înseamnă aceasta că suferinţa este indispensabilă pentru a descoperi sensul? In niciun caz. Numai că insist să spun că sensul există în pofida suferinţei - ba nu, chiar şi în ea, aşa cum o arată a doua parte a cărţii de faţă, atunci când suferinţa este inevitabilă. Dacă ea poate fi evitată, lucrul cel mai plin de sens este să îi eliminăm cauza care o provoacă, fiindcă a suferi fără să fie nevoie este un comportament mai degrabă masochist, decât unul eroic. Dacă, pe de altă parte, omul nu poate schimba situaţia care îi cauzează suferinţa, el încă mai poate să-si aleagă atitudinea![67] Long nu a ales să-şi frângă gâtul, în schimb a decis să nu se lase înfrânt de ceea ce i s-a întâmplat.

După cum vedem, prioritatea constă în a schimba în mod creativ situaţia care ne produce suferinţă. Dar superioritatea constă în „a şti cum să suferi", dacă este cazul. Si există dovezi empirice că - literalmente - „omul de rând" este de aceeaşi părere. Sondaje recente de opinie realizate în rândul publicului austriac arată că oamenii cei mai respectaţi de către marea majoritate a celor chestionaţi nu sunt artiştii sau savanţii de seamă, nici marii oameni politici, nici personalităţile din lumea sportului, ci aceia care fac faţă unui destin teribil cu fruntea sus.

[67] N-am să uit interviul pe care l-am urmărit odată la televiziunea austriacă, luat unui cardiolog polonez care, în timpul celui de-al Doilea Război Mondial, a ajutat la organizarea mişcării din ghetoul din varşovia. „Ce faptă eroică!", a exclamat reporterul. „Ascultă", i-a replicat calm doctorul, „să pui mâna pe o armă şi să tragi nu-i mare lucru; dar când SS-iştii te duc în camera de gazare sau la groapa comună ca să

te execute fără pic de milă şi nu-ţi mai poţi schimba soarta, ci poţi doar să o înfrunţi cu demnitate, tocmai lucrul acesta l-aş numi eu eroism". Eroism atitudinal, ca să spunem aşa. (n.aut)

întorcându-ne la cel de al doilea aspect al triadei tragice, respectiv la vinovăţie, aş dori să plec de la un concept teologic care m-a fascinat dintotdeauna. Mă refer la acel *misterium ini-quitatis*[66], care, aşa cum îl văd eu, înseamnă că o faptă condamnabilă rămâne, în ultimă analiză, inexplicabilă, întrucât nu poate fi derivată în întregime din factori biologici, psihologici şi/sau sociali. A explica pe deplin fapta rea a unui om ar fi totuna cu a explica partinic fapta respectivului şi a nu vedea în el nimic mai mult decât o maşinărie care trebuie reparată, iar nu un om responsabil. Până şi criminalii înşişi urăsc să fie trataţi în acest fel şi preferă să fie traşi" la răspundere pentru fapta lor. De la un deţinut care-şi executa pedeapsa într-un penitenciar din Illinois am primit o scrisoare în care acesta deplângea faptul că „omului care a comis crima nu i se acordă niciodată şansa să se explice. I se oferă o mulţime de scuze din care el trebuie să aleagă. Societatea este cea blamată şi în multe cazuri vina cade chiar asupra victimei". Mai mult, când m-am adresat deţinuţilor din San Quentin[69], le-am spus: „Sunteţi oameni asemeni mie şi, în această calitate, aţi fost liberi să săvârşiţi infracţiunea, să deveniţi vinovaţi. Acum, desigur, sunteţi răspunzători să vă ispăşiţi vina ridicându-vă deasupra ei, crescând dincolo de voi înşivă, prin faptul că vă schimbaţi în bine." Şi oamenii aceia s-au simţit înţeleşi.[70] Iar de la Frank E. W, un fost deţinut, am primit un bilet în care scria: „Am iniţiat un grup logoterapeutic

[68] „Misterul nedreptăţii" sau „misterul nelegiuirii" (din lat. *ini-quus* = „nedrept", „inegal", „nelegiuit"), (n.trad.)

[69] San Quentin - închisoare de stat din California, SUA, pentru bărbaţi, înfiinţată în 1852, singura închisoare din zonă dotată cu cameră de gazare. în prezent, execuţia condamnaţilor se face prin injecţie letală, (n. trad.)

[70] Vezijoseph B. Fabry, *The Pursuit of Meaning,* New York, Har-per and Row, 1980. (n.aut.)

pentru foştii camarazi. Suntem deja 27 de veterani puternici, iar nou-veniţii se menţin în libertate graţie puterii noastre nobile, a celor din nucleul originar. Doar unul a ajuns din nou la puşcărie, dar şi el este liber astăzi."[71]

In ceea ce priveşte conceptul de vină colectivă, eu personal consider că este nedrept să consideri o persoană responsabilă pentru comportamentul altei persoane sau al unui grup de oameni. De la finele celui de-al Doilea Război Mondial încoace nu m-am bucurat de prea mare audienţă la public fiindcă am argumentat împotriva conceptului de vinovăţie colectivă.[72] Uneori, este nevoie totuşi să apelez la o mulţime de artificii pedagogice pentru a-i putea dezlipi pe oameni de prejudecăţile lor. Odată, o americancă mi-a reproşat: „Cum de continuaţi să scrieţi o parte din cărţile dumneavoastră în limba germană, limba lui Adolf Hitler?" Ca răspuns, am întrebat-o

dacă are cuţite în bucătărie şi, când mi-a spus că da, m-am prefăcut îngrozit şi şocat, şi am exclamat: „Cum de vă mai folosiţi de cuţite după ce nenumăraţi criminali le-au folosit pentru a-si înjunghia şi ucide victimele?!" Abia atunci doamna a încetat să mai obiecteze împotriva faptului că scriu cărţi în germană.

Cel de-al treilea aspect al triadei tragice se referă la moarte. Dar el se referă şi la viaţă deopotrivă, pentru că, oricând, toate momentele din care este alcătuită viaţa înseamnă a muri, căci clipa nu se mai întoarce niciodată. Şi oare nu tocmai efemeritatea este piatra de aducere aminte care ne provoacă să utilizăm cât mai bine fiecare clipă a vieţii? Da, cu siguranţă că este, de aici şi imperativul meu: *Trăieşte ca şi cum ai trăi a doua oară, iar prima dată ai fi acţionat la fel de greşit pe cât eşti acum pe cale să o faci.*

[71] Cf. Viktor E. Frankl, *The UnheardCry for Meaning,* New York, Simon and Schuster, 1978, pp. 42-43. (n.aut.)

[72] Vezi şi Viktor E. Frankl, *Psychotherapy and Existenţialism,* New York, Simon and Schuster, 1967. (n.aut.)

De fapt, şansele noastre de a acţiona aşa cum trebuie, prilejurile potenţiale de a împlini un rost sunt afectate de ireversibilitatea vieţii noastre. Dar numai potenţialităţile însele sunt afectate în acest fel. Căci, de îndată ce am folosit o oportunitate şi am actualizat un sens potenţial, am săvârşit acest lucru o dată pentru totdeauna. L-am salvat la loc sigur, în trecut, căruia i l-am încredinţat şi unde l-am depozitat. Acolo, în trecut, nimic nu se mai poate pierde, ci, dimpotrivă, toate sunt depozitate în mod irevocabil şi tezaurizate. Fără îndoială că oamenii tind să vadă doar miriştea efemerităţii, să treacă cu vederea şi să uite grânarele îmbelşugate aje trecutului în care au strâns recolta lor de o viaţă: faptele săvârşite, iubirile trăite şi, nu în ultimă instanţă, suferinţele prin care au trecut plini de curaj şi demnitate.

De aici se poate vedea că nu există motiv pentru a-i deplânge pe bătrâni. Tinerii ar trebui mai degrabă să-i invidieze. Este adevărat că persoanele în vârstă nu mai au şanse şi posibilităţi în viitor. Dar ei au ceva mai mult de atât. în locul posibilităţilor din viitor, ei au realitatea trecutului - potenţialităţile pe care le-au actualizat, rosturile pe care le-au atins, valorile pe care le-au realizat, şi nimeni şi nimic nu le mai poate lua aceste bunuri din trecut.

în ce priveşte posibilitatea de a găsi un sens în suferinţă, sensul vieţii este unul necondiţionat, cel puţin potenţial necondiţionat. Acest sens necondiţionat este dublat de valoarea necondiţionată pe care o are fiecare persoanăîn parte. Tocmai aceasta garantează calitatea nepieritoare a demnităţii omului. După cum viaţa îşi păstrează în mod potenţial sensul în orice condiţii, chiar şi în cele mai nenorocite, tot aşa îşi păstrează fiecare persoanăîn parte valoarea, iar asta se întâmplă pentru că se întemeiază pe valorile pe care omul le-a realizat în trecut si nu depinde de utilitatea persoanei la momentul prezent.

Mai precis, această utilitate este de obicei definită în termenii funcţionării persoanei în beneficiul societăţii. Dar socie

tatea de azi se caracterizează prin faptul că este orientată pe realizări şi, în consecinţă, îi adoră pe cei care au succes şi sunt fericiţi, iar în mod special îi adoră pe tineri. în mod virtual ignoră valoarea acelora care sunt altcumva şi, procedând astfel, estompează diferenţa categorică dintre a avea valoare, în sensul demnităţii, şi a fi valoros în sensul utilităţii. Dacă cineva nu este conştient de această diferenţă şi susţine că valoarea individului rezidă doar în utilitatea sa prezentă, atunci, credeţi-mă, numai datorită inconsecvenţei sale, un astfel de om nu pledează pentru eutanasiere, în acord cu programul lui Hitler, adică pentru omorârea „din milă" a tuturor celor care şi-au pierdut utilitatea din cauza vârstei înaintate, a unei boli incurabile, a degradării mintale sau a unui handicap, oricare ar fi acela.

Confundarea demnităţii omului cu utilitatea lui provine dintr-o confuzie conceptuală care îşi are rădăcinile înfipte în nihilismul contemporan, care este diseminat în multe dintre instituţiile academice şi pe multe canapele psihanalitice.[73] Această îndoctrinare se poate produce chiar şi atunci când este vorba doar de analize cu scop pregătitor. Nihilismul nu susţine că nu există nimic, ci afirmă că nimic n-are sens. Iar George A. Sergent avea dreptate când a promulgat conceptul „lipsei de sens învăţate". El însuşi îşi amintea de un medic care îi spusese: „George, trebuie să înţelegi că lumea este o glumă. Nu există dreptate, totul este la nimereală. Doar când vei realiza acest fapt îţi vei da seama că este o prostie să te iei în serios. Nu există niciun scop măreţ în univers. El doar este. Nu are nicio relevanţă ce decizie iei astăzi despre cum să acţionezi."[74]

[73] Referire la canapeaua lui Freud, „în stil victorian", pe care pacienţii erau invitaţi de acesta să se întindă în vederea unei şedinţe de psihanaliză. Procedeul a fost perpetuat de psihanalişti, (n.trad.)

[74] „Transference and Countertransference in Logotherapy", *The International Forum for Logotherapy,* voi. 5, nr. 2 (Fall/Winter 1982), pp. 115-18. (n.aut.)

Nu trebuie să generalizăm această critică. In principiu, pregătirea este indispensabilă, dar, dacă aşa stau lucrurile, terapeuţii ar trebui să-şi perceapă misiunea lor ca şi cum ar consta în imunizarea împotriva nihilismului a celor pe care-i instruiesc, în loc să-i inoculeze cu un cinism care este, în fond, un mecanism de apărare împotriva propriului lor nihilism.

Logoterapeuţii trebuie chiar să se conformeze unora dintre cerinţele pentru instruire şi licenţiere stipulate de alte şcoli de psihoterapie. Cu alte cuvinte, dacă este nevoie, trebuie să urle dimpreună cu lupii, dar când fac acest lucru - ţin să îndemn la asta - să procedeze astfel ca nişte oi îmbrăcate în piei de lup. Nu este nevoie să fim nesinceri faţă de conceptul fundamental despre om şi faţă de principiile filozofice de viaţă inerente logoterapiei. O astfel de loialitate nu este greu de păstrat din cauză că,

aşa cum Elisabeth S. Lukas sublinia, „în toată istoria psihoterapiei n-a mai existat nicio altă şcoală atât de puţin dogmatică precum este logoterapia".[75] Iar la Primul Congres Mondial de Logoterapie (San Diego, California, 6-8 noiembrie 1980) am argumentat nu doar pentru reumanizarea psihiatriei, ci şi pentru ceea ce am numit „deguruficarea logoterapiei". Interesul meu nu este să producem papagali care să repete mecanic „cuvântul maestrului", ci să predau ştafeta „unor spirite independente şi inventive, inovatoare şi creative".

Sigmund Freud a afirmat odată: „Expuneţi o mulţime cât mai pestriţă de indivizi în aceleaşi condiţii, uniforme, de înfometare. Pe măsură ce creşte nevoia de hrană, diferenţele dintre

[75] Logoterapia nu se impune cu sila celor interesaţi de psihoterapie. Nu o putem compara cu un bazar oriental, ci mai degrabă cu un supermarket. în cazul celui dintâi, clientul este abordat ca să fie făcut să cumpere; în cel din urmă, i se prezintă şi i se oferă diverse lucruri din care el poate alege tot ce consideră a fi folositor şi valoros, (n.aut.)

indivizi se vor estompa şi în locul lor va apărea expresia uniformă a aceleiaşi nevoi gregare." Slavă Domnului, Sigmund Freud a fost scutit să cunoască din interior lagărele de concentrare! Pacienţii săi stau tolăniţi pe o canapea pluşată în stil victorian, iar nu în murdăria Auschwitz-ului. *Acolo* „diferenţele dintre indivizi" *nu* s-au „estompat", ci dimpotrivă oamenii s-au diferenţiat şi mai mult unii de alţii; atât porcii, cât şi sfinţii s^au arătat în adevărata lor lumină. Şi azi, nu mai este nevoie să ezitaţi a folosi cuvântul „sfinţi": gândiţi-vă la părintele Maximilian Kollbe[76] care a fost supus înfometării si în cele din urmă ucis printr-o injecţie cu acid carbolic la Auschwitz şi care în 1983 a fost canonizat.

S-ar putea să înclinaţi să mă blamaţi pentru faptul că evoc exemple care fac excepţie de la regulă. *Sed amnio praeclaratam*

[76] Maximilian Kollbe a murit la 14 august 1941, la vârsta de 47 de ani. în timpul celui de-al Doilea Război Mondial, Kollbe a adăpostit de persecuţia nazistă refugiaţi din Polonia Mare, dintre care 2 000 de evrei, în mănăstirea Niepokalanow. Arestat de Gestapo în februarie 1941, a fost mutat pe 25 mai la Auschwitz, ca prizonierul cu numărul 16 670. în iulie 1941, un om din baraca lui Kollbe a fost dat dispărut, ceea ce l-a făcut pe Karl Fritzsch, comandantul lagărului, să condamne 10 persoane din baraca respectivă la moarte prin înfometare în Blocul 11 (de tristă notorietate pentru metodele de tortură aplicate), în ideea de a descuraja alte încercări de evadare (ulterior, omul respectiv a fost găsit înecat în latrina lagărului). Unul dintre cei zece oameni condamnaţi la moarte, Franciszek Gajow-niczek, a început să plângă şi să se jelească pentru familia sa. Atunci părintele Kollbe s-a oferit să fie el condamnat în locul lui. Pe durata torturii, Kollbe i-a condus în rugăciune şi cântare pe cei nouă tovarăşi de celulă. După trei săptămâni de înfometare şi deshidratare, numai Kollbe şi alţi trei

camarazi mai erau în viaţă. în cele din urmă, a fost omorât printr-o injecţie cu acid carbolic. Kollbe a fost canonizat ca sfânt de Papa loan Paul al II-lea pe 10 octombrie 1982, în prezenţa lui Gajowniczek, pentru a cărui viaţă se jertfise, (n.trad.)

difficilia quam rara sunt („Căci orice lucru măreţ este la fel de greu de înfăptuit, pe cât este de rar"), aşa sună ultima frază din Etico lui *Spinoza.* Desigur, s-ar putea să întrebaţi dacă într-adevăr e nevoie să vorbim despre „sfinţi". N-ar fi suficient să vorbim doar despre oameni de *treabă?* Este adevărat că aceştia formează o minoritate. Ba, mai mult, ei întotdeauna vor rămâne o minoritate. Şi totuşi, în ei văd eu provocarea de a ne alătura minorităţii. Căci lumea se găseşte într-o stare rea, dar aceasta va deveni încă şi mai rea dacă fiecare dintre noi nu va da tot ce poate mai bun.[77]

Asa că trebuie să fim vigilenţi - vigilenţi într-un dublu sens,

căci:

• de la Auschwitz, ştim de ce anume este capabil omul;

• iar de la Hiroshima ştim care este miza.

[77] Ideea lui Frankl, deşi accesibilă bunului-simţ comun, care ne învaţă să luptăm pentru schimbarea în bine a lumii, se regăseşte clar formulată în concepţia evreiască. Este vorba de conceptul de îndreptare morală a lumii (evr. *tikun haolam).* (n.trad.)

Cărţi de Viktor £. Frankl
disponibile

în limbă engleză

The Doctorand the Soul. From Psychotherapyto Logotherapy. Alfred A. Knopf, New York, 1986. Paperback edition: Souvenir, London, 2004

The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy. New York and Cleveland, The World Publishing Com-pany, 1969. Paperback edition, New American Library, New York, 1989

The Unheard Cry for Meaning. Psychotherapy and Humanism. Simon and Schuster, New York, und Hodder and Stoughton, London, 1988

Viktor Frankl - Recollections. An Autobiography. Insight Books, Perseus Books Publishing, New York 1997; Paperback edition: Perseus Book Group, New York, 2000

Man's Search for Ultimate Meaning. (A revised and extended edition of The Unconscious God; with a Foreword by Swanee Hunt). Perseus Book Publishing, New York, 1997; Paperback edition: Perseus Book Group; New York, 2000

On the Theory and Therapy of Mental Disorders. An Intro-duction to Logotherapy and Existenţial Analysis. Translated by James M. DuBois. Brunner-Routledge, London-New York ISBN: 0415950295

In limba germană

Arztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenza-nalyse. Deuticke im Zsolnay Verlag, Wien 1997. Neuauflage 2005-2007, Zsolnay und dtv. In dieser Auflage erstmals erganzt durch: Zehn Thesen iiber die Person. ... trotzdem ja zum Leben sagen Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Kosel, Miinchen 2009, und dtv/Deutscher Taschenbuch Verlag, 2008

Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einfiihrung fur Ârzte. Franz Deuticke, Wien, 1982; und Piper, Miinchen, 1997

Der unbewulîte Gott. Psychotherapie und Religion. Kosel-Verlag, Miinchen, 1994 und dtv/Deutscher Taschenbuch Verlag, 2009

Theorie und Therapie der Neurosen. Einfiihrung in Logotherapie und Existenzanaryse. Uni-Taschenbucher457, Ernst Rein-hardt, Miinchen- Basel, 2007

Psychotherapie fur den Alltag. Rundfunkvorträge iiber Seelen-heilkunde. Herder, Freiburg im Breisgau, 2000

Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vortrage iiber Logotherapie. Hans Huber, Bern-Stuttgart-Wien, 2005

Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Hans Huber, Bern, 2005

Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie fur heute. Herder, Freiburg im Breisgau, 2009

Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk. Vorwort von Konrad Lorenz. Serie Piper 289, Miinchen, 2009

Die Sinnfrage in der Psychotherapie. Vorwort von Franz Kreuzer. Serie Piper 214, Miinchen, 1997

Logotherapie und Existenzanaryse. Texte aus sechsJahrzehn-ten. Psychologie Verlags Union, Weinheim, 1998; BELTZ Taschenbuch 2005 **, • y "**

Was nicht in meinen Biichern steht. Lebenserinnerungen. Psychologie Verlags Union, Weinheim, 2002

Zeiten der Entscheidung. Herausgegeben von Elisabeth Lukas. Herder, Freiburg i. Br. 2000

Bergerlebnis und Sinnerfahrung. (Bilder von Christian Handl.) Tyrolia, Innsbruck-Wien 2008

Fruhe Schriften 1923-1942. Herausgegeben von Gabriele Vesety-Frankl. Maudrich, Wien 2005

Gesammelte Werke, Teilband I: ... trotzdem Ja zum Leben sagen / Ausgewählte Briefe 1945-1949. Herausgegeben von A. Batthyany, K. Biller und E. Fizzotti. Bohlau, Wien 2005

Gesammelte Werke, Teilband 2: Psychologie des Konzen-trationslagers / Synchronisation in Birkenwald / Ausgewählte Texte 1945-1993. Herausgegeben von A. Batthyany, K. Biller und E. Fizzotti. Bohlau, Wien 2006

Gesammelte Werke, Teilband 3: Die Psychotherapie in der Praxis / Und ausgewăhlte Texte iiber angewandte Psychotherapie. Herausgegeben von A. Batthyany, K. Biller und E. Fizzotti. Bohlau, Wien 2008

Viktor Frankl und Pinchas Lapide: Gottsuche und Sinnfrage. Giitersloh 2005

Despre autor

Viktor E. Frankl a fost profesor de neurologie şi psihiatrie la University of Vienna MedicaPSchool şi a deţinut şi funcţia de Distinguished Professor of Logotherapy la U. S. International University. Este fondatorul a ceea ce s-a numit ulterior Cea de-a treia şcoală vieneză de psihoterapie (după psihanaliza lui Freud şi psihologia individuală a lui Adler) - şcoala de logoterapie.

Născut în 1905, Frankl a primit titlul de doctor în medicină şi pe cel de doctor în filozofie din partea Universităţii din Viena. în timpul celui de-al Doilea Război Mondial a stat închis trei ani la Auschwitz, Dachau şi în alte lagăre de concentrare.

Doctorul Frankl şi-a făcut debutul publicistic în 1924 în International Journal of Psychoanalysis, urmat de apariţia a 27 de cărţi, traduse în 19 limbi, inclusiv în japoneză şi în chineză. A fost profesor asociat la Harvard, la Duquesne University şi la Southern Methodist University. O serie de distincţii onorifice i-au fost conferite de Loyola University din Chicago, Edgecliff College, Rockford College şi de Mount Mary College, dar şi de universităţi din Brazilia, Venezuela şi Africa de Sud. în calitate de profesor asociat, a ţinut cursuri la universităţi din toată lumea şi a efectuat 52 de turnee de conferinţe doar pe teritoriul Statelor Unite. A fost preşedintele Societăţii Medicale Austriece de Psihoterapie şi membru onorific al Academiei Austriece de Ştiinţă.